摄影师不愿透露的拍摄技巧与后期秘笈！

Aesthetic Portrait Photography

唯美人像

● 吴俊辰　编著

摄影与后期处理

场景、服装、沟通、摆姿、创意，完全实战拍摄深度解析；
与众不同的后期处理风格，令人眼前一亮的调色方案。
让你的作品迅速成为众人关注的焦点……

- 快速突破摄影及后期处理瓶颈
- 人像拍摄现场贴身教学
- 引领不同风格的人像创作
- 分享多年实拍的摄影心得

PHOTOGRAPHER

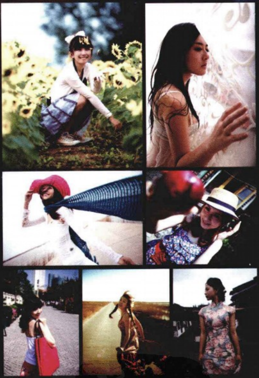
中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

VISIT…

LANZAROTE Caliente.COM

唯美人像

摄影与后期处理



你终于找到了。

看着一个个让人心动的人像作品，看着一个个让人抓狂喜欢的风格，你无数次地询问，无数次地摸索，无数次地在网上搜寻，无数次地与论坛中的朋友做实验，但作品效果始终差那么一点点……

那么，恭喜！你终于找到了。

本书不承诺告诉你所有大师的后期流程，不承诺解决前期与后期的一切问题，不承诺你看完之后就能成为人像大师、后期泰斗。

但如果你认真去读，你会知道一幅好的人像作品，其后期工作实际在前期就已经开始了；你会知道其中若干不起眼的小细节会让效果差出那么多；你会知道很多迷人的效果其实没有那么复杂；你会知道，其实自己可以做到，只是没找到点破窗纸的那根手指。

期待在本书中我们一起去逐步享受破解的惊奇、发现的快乐和进步的喜悦。

责任编辑：苏　茜　张亚慧　**封面设计**：张　丽　**上架建议**：摄影/数码摄影

中国铁道出版社　计算机图书批销部
地址：北京市宣武区右安门西街8号
邮编：100054
网址：http://www.tqbooks.net
读者热线电话：400-668-0820

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

ISBN 978-7-113-12651-3

ISBN 978-7-113-12651-3　定价：59.00元

Aesthetic Portrait Photography

唯美人像摄影与后期处理

● 吴俊辰 编著

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

内 容 简 介

本书对人像拍摄前期构思、环境选择、光线应用、情绪调动、美姿设计等多方面进行了详细讲解，揭露了人像拍摄前后期若干细节“秘密”，并结合实例，引导读者从一张原始照片开始，一步步完成一幅精彩的人像作品。同时穿插专业知识和经验含量极高的讲解，使读者不仅仅限于一张照片的技法，而是提升整体前后期意识，应用到新的作品中去。

本书提供很多作品的原始 RAW 文件，以确保读者从最真实、原始的状态入手，彻底解析高端后期制作技巧。

本书适合刚刚涉足人像摄影的新手，可以直接帮助他们定位正确的前后期意识，了解在论坛上被猜测了若干次的后期正确流程，是人像摄影爱好者感觉相见恨晚的“秘笈”教程。

图书在版编目（CIP）数据

唯美人像摄影与后期处理/吴俊辰编著. --北京：
中国铁道出版社，2011.5
ISBN 978-7-113-12651-3

Ⅰ. ①唯… Ⅱ. ①吴… Ⅲ. ①数字照相机－人像摄影－摄影艺术 ②数字照相机－图像处理 Ⅳ. ①TB86②J413③391.41

中国版本图书馆CIP数据核字（2011）第031241号

书　　名：唯美人像摄影与后期处理
作　　者：吴俊辰　编著

责任编辑：苏　茜　张亚慧　　**读者热线电话**：400-668-0820
编辑助理：王　宏
封面设计：张　丽　　**封面制作**：郑少云
责任印制：李　佳

出版发行：中国铁道出版社（北京市宣武区右安门西街 8 号　　**邮政编码**：100054）
印　　刷：中国铁道出版社印刷厂
版　　次：2011 年 5 月第 1 版　　2011 年 5 月第 1 次印刷
开　　本：787mm×1092mm　1/16　　**印张**：16　　**字数**：248 千
印　　数：4 000 册
书　　号：ISBN 978-7-113-12651-3
定　　价：59.00 元

版权所有　侵权必究

凡购买铁道版图书，如有印制质量问题，请与本社发行部联系调换。

前 言
Foreword

感谢中国铁道出版社的编辑能给这样一个机会，用一本书的方式来和大家分享几年来人像摄影方面的心得。个人水平有限，但我可以做到的就是诚实地叙述，把自己所感悟到的心得真实地表达出来。能对看到这本书的朋友有所帮助，则万分荣幸。

拍摄人像大约有 6 年的时间，期间经过了很多曲折、迷惑、纠结和茫然。和很多的朋友交流过，学习到了很多。期间也看到市面上很多关于摄影、后期类的图书，但常常并不能找到所需要的东西。所以在本书里，力争做到实例第一的原则，直接用自己拍摄的场景和原片来引导摄影和后期的范例。甚至提供了原始的 RAW 文件（书中相关的素材文件，请到 www.tqbooks.net 的“下载专区”中下载），相信这样紧密的结合，每个朋友都可以根据详实的步骤得到满意的结果，并了解很多容易被忽略的细节。

在摄影方面，编者尽量少做理论的阐释，因为那些在很多书上都可以找到，还有关于器材参数的介绍，本书中也很少涉及，同样的道理，很多地方都可以找到极其专业的介绍，如我们所知，由于组织方便、受客观环境限制小，唯美人像摄影的题材已经拥有了那么多的拥趸。我所力争解决的是，当一位唯美人像摄影的爱好者拿起相机面对拍摄对象，进入后期面对原片所感到茫然时，迫切需要解决的问题。

再次真诚期待本书能对您有所帮助。衷心感谢景树明先生对本书设计的辛勤付出，同时感谢牟洁、郭小萌、李晟、李错、林海、宁书琴、刘红心及相关朋友对本书提供的帮助。

编 者

2011 年 1 月

PDG

目 录
Contents

01 最容易忽略的重点——拍摄的前期准备 2

什么样的服装是唯美人像需要的 4

色彩选择的一般原则 4

纯白色是万用色 13

色彩不要过于繁乱 16

款式，别叫糟糕的款式毁了你的作品 17

美腿秀出来 17

小饰品和小道具，简单获得大不同 21

选定环境，充分利用普通场景拍出佳作 28

准备器材 33

镜　头 33

辅助光工具 39

02 沟通与创意——获得精彩摄影作品的关键 41

与模特沟通——如何快速让模特进入自然放松的状态 42

熟悉模特 42

拍摄期间的沟通 42

创意摆姿——让作品中的摆姿与众不同 45

动一下，让每一张作品都不同 55

跳起来，让模特快速放松的小秘笈 57

动作过程，不放过每一个好瞬间 60

躺下来，瞬间营造与众不同的情境 63

03 构图与调度——让画面叙述摄影师与众不同的想法 66

拍环境人像，提升作品档次的必经之路 67

“大头派”最讨女孩喜欢的构图 73

色彩、结构、线条，找到它！让你的作品大不同 76

调用趣味元素及道具，在现场玩玩“找茬儿”游戏 86

不要站着不动，避免很多摄影师都犯的错误 92
前景的应用，提升层次，让画面留住目光 96
出人意料的旋转，小细节获得大效果 101
倾斜，相机歪一下，动感拍出来 102
让实例说话 —— 告诉你最简单有效的构图原则 103
对角线，连接对角的韵律 103
虚与实，让画面增加回味 106
简与繁，让突出的更突出 108
对比，越强烈越瞩目 110
平衡，在不平衡里找平衡 111

04 用光——展示独特的光影魅力 113
漫射光，最佳时段获得拍摄人像的最佳光线 114
逆光，最富于创意空间的光线 117
顶光，用平时避讳的光线拍出好作品 123
侧光，立体之光 125
灵活使用人工光 126
反光板的N大功效 126
闪光灯，不仅仅是增加一个光源 127
其他光源，用意想不到的发光工具拍片 128

05 Let's Go 一起去拍片（一） 132
服装与位置选择，开辟拍摄的最佳战场 133
场景与构图调度，要动手去改变现场 134
利用前景，让平淡场景不平淡 135
利用窗外的自然光，自然为上 135
小道具的利用，小道具大作为 136
与场景互动，营造接触感 136
制造前景，告诉你一个摄影师的小秘密 137
高角度和低角度拍摄，不仅仅只有水平线 139
利用高角度的元素，哪里都有好宝藏 139
一些注意规避的错误 140
避免干扰主体的元素出现，让画面纯净起来 140

避免画面对肢体的裁切，不要让模特“疼” 141
避免构图对肢体的裁切，肢体裁剪的“小规章” 141
室内拍摄的补光 142
反光板补光，未必全亮就是最好的 142
外置闪光灯补光，让光随心随处闪耀 143

06 Let's Go 一起去拍片（二） 146
曝光决定效果，同样的场景大不同 147
决战正午阳光——反光板、柔光板的使用 149
压暗天空的秘笈，两难情况轻松搞定 152
广角畸变的控制，修长腿型进行时 153
暖莎美女教你摆POSE 155

07 后期处理——简单的开始，小参数大文章 160
后期处理只用一个参数 162
认识“可选颜色”调整命令，营造万种变化的强悍工具 162
只调整一个参数，大道至简至易 163
让存在的颜色显现出来 164
同样是调整一个参数，你从未想到的功效 164
改变季节的力量，如此强大，如此简单 166
让画面色彩浓郁起来，打开绚丽之门的小芝麻 167
整体饱和度与分色饱和度，如何正确地选择 167
自然饱和度的新型武器Vibrance，做色彩的主人 168
与可选颜色配合，你也能做到蓝宝石般的天空 169
作品实战——漫·清秋，传说中的日系浓郁风格 170

08 提升照片效果的三大利器——色阶、锐化、曲线 173
色阶——后期处理基础，最简单而又最被忽略的调节手段 174
最明白地告诉你，什么是色阶 174
色阶的基础调整，关键处无非几种 175
利用色阶调整影像色彩，对！这样也行 176
修正错误的色阶，你的色阶是正确的吗 177
锐化——让细节更清晰 181
Photoshop自带锐化滤镜USM 181

Photoshop外挂锐化滤镜Topaz Vivacity 183
曲线——肆意婉转的调色利器 184
了解曲线，远比你想象的强大 184
曲线调色，是你从未想到的自由度 187

09 人像后期的必修功课——磨皮技法 189
手工磨皮，最有效、最可控的磨皮宝典 190
利用外带插件磨皮，与堪称经典的NeatImage亲密接触 193

10 独具特色的人像后期处理风格 196
巧用图层合成模式 197
叠加模式——改变色调，蓝色高调的魅力 197
增加渐变色——丰富色彩，瑰丽色泽的诱惑 199
实战风格化——淡褐色的逆光，雅致色彩梦幻纯美 202
实战风格化——柔美私房照，妩媚100分 205
利用滤色合成模式增加通透度 205
利用曲线提亮画面影调 206
进行可选颜色调整 207

11 创意后期流程——完美提升作品整体效果 209
色彩浓郁的夏天，跳跃的夏精灵 210
增强颜色，如何在色彩中融入自己的想法 210
整合色彩，每一个细节都重要 211
制作暗角，自由度最高的暗角制造方法 213
芥末的意街，琥珀色的午后时光 214
增强图像的色彩与细节 214
一个与众不同的锐化方案 216

12 从 RAW 开始，启动数码后期全流程 220
数码底片时代的来临 221
工作前的设定，一些你要知道的关键参数 221

RAW基础参数调整，告诉你每一步的目的 222
液化及磨皮处理，正确细节累积正确结果 223
前期准备 223
液化处理，修出好身材 224
磨皮处理，NeatImage归来 225
找回丢失的细节，跟塑料脸说“不” 226
色彩及氛围渲染，微妙调整，微妙不同 228
无敌曲线调整 228
可选颜色调整，后期更是创作 229
光斑效果增强，一个优秀的光斑插件出现了 230

13 高端进阶——印刷级人像数码作品的后期全攻略 231
RAW设定与调整，为印刷级作品做准备 232
液化修饰，让每个细节都完美 233
皮肤细节修饰，全尺寸图片的皮肤处理 235
锐化与提亮，保持细节高调影像的获得 237
调色与存储，一个可能会让你困惑的选项设置 238

14 扩展滤镜安装及使用 240
Neat Image安装方法 241
TOPAZ安装方法 242
Knoll Light Factory安装及使用方法 242

篇 后 245

01
最容易忽略的重点

拍摄的前期准备

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/100　焦距：24毫米　感光度：100　曝光补偿值：1.00

拍摄唯美人像的第一步，一定是找到好的拍摄对象。但这仅仅是个开始，要想自己的作品有完美的表现，很多前期的准备工作一定要做到位。否则在拍摄过程中会很掣肘。

很多初学者在光圈、白平衡、焦距等方面花了很多心思，但作品效果并不满意，很大程度是前期准备工作的欠缺，如果这方面多下一些功夫，就会收到事半功倍的效果。

NOTE 提示：本书照片除有特殊标明外，全部使用佳能EOS 5D MarkII拍摄。

什么样的服装是唯美人像需要的

色彩，是作品吸引眼球的钥匙

大部分拍摄不能做到定制、专题设计服装。那么拍摄时，一定要对拍摄对象的服装有所把握，不能完全依靠拍摄对象自由选择。这是非常重要的部分，要在前期与模特进行认真的沟通。那么，服装选择时应注意些什么呢?

色彩选择的一般原则 Colour Dress

人们在观察画面的时候，总会被鲜艳、对比强烈的色彩所吸引。色彩是最先对观众造成影响的画面元素。艳丽明快的色彩能够在第一时间影响观看者的情绪。在唯美人像拍摄的服装选定上，所要坚持的一般原则是：尽量选择色彩鲜艳，对比强烈的服装。

红色、黄色、蓝色、白色、绿色是优先选择的服装颜色。这样的色彩可以保证即使在颜色灰暗、单调的环境下，依然可以让画面有令人愉悦并关注的色彩信息。

鲜艳的帽子与围巾，在单调的旷野中，让画面有了吸引人的色彩。

[参数] 光圈: F/2.8　快门:1/160　焦距:27 毫米　感光度:100

与场景的色彩交相呼应，设想一下，如果这是一条黑裙子会是什么效果。

[参数] 光圈: F/2.8　快门:1/800　焦距:140毫米　感光度:100　曝光补偿值:1.0

让服装和场景契合好的一个秘诀是衣服上 1-2 个颜色与场景色调统一，模特裙子上的紫色和下边缘的草颜色相互呼应，协调明快。

[参数] 光圈: F/2.8　快门:1/1000　焦距:25 毫米　感光度:100

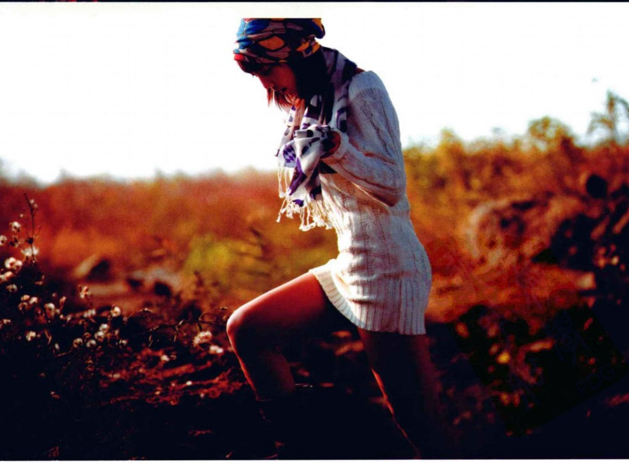
模特短裙上的优美纹路，给画面增加了信息与细节，同时与黄色上衣形成了繁简对比，让画面元素更丰富。

[器材] Canon EOS 20D

[参数] 光圈: F/2.8　快门: 1/320　焦距: 35 毫米　感光度: 200　曝光补偿值: -0.33

鲜艳的苹果处在了画面最夺目的位置，和模特红色的腰带相互呼应，并不显得突兀，蓝色的裙装体现了夏季的明快、清凉。

[参数] 光圈: F/2.8　快门:1/640　焦距:27 毫米　感光度:100



色彩鲜艳，对比强烈的服装，在色彩单一的环境中提亮了主体。

[参数] 光圈:F/2.8　快门:1/640　焦距:200毫米　感光度:100

色彩艳丽的另一个必要性在于与场景的配合。在很多情况下，由于场景色彩灰暗单调，模特鲜艳的服装将成为画面唯一的色彩亮点，对调动画面氛围，破解画面色彩的沉闷起到重要作用，为摄影师的创作提供了更大的宽裕度。

白色可以让模特在环境色中凸现出来，在较为密集的背景环境中，白色也起到了保留大面积简约空间的作用，形成色彩的疏密对比。

[参数] 光圈: F/2.8　快门: 1/400　焦距: 115 毫米　感光度: 100

干净的白色服装与大面积的灰色墙面形成了对比，画面不再显得沉闷，同时更加衬托了模特主体。

[参数] 光圈: F/2.8　快门:1/1000　焦距:155 毫米　感光度:100

色彩艳丽的裙装与背景远处的红墙相互呼应，同时与宝蓝色的栏杆形成明快的对比。

[参数] 光圈:F/2.8 快门:1/200 焦距:70毫米 感光度:100

大面积的红和黄色枯草形成对比，让画面信息更加丰富。

[参数] 光圈: F/2.8 快门:1/2000 焦距 125 毫米 感光度:100 曝光补偿值: 0.33

灰色的地板和较暗的落叶地面因为有了模特红色的上衣和白色的裙子，从而获得了神采，对比鲜明

[参数] 光圈F/2.8　快门:1/125　焦距:24毫米　感光度:100

模特紫色的服装与花朵颜色相互呼应，营造出初夏的轻松情境。

[参数] 光圈: F/2.8　快门:1/500　焦距:70 毫米　感光度:100

纯白色是万用色 Pure White

纯白色能够与多种色彩的场景相契合。这是一个在没有其他选择余地的条件下的“万能选择”。

整个场景色调比较灰暗，模特白色的衣服自然成为画面的注意焦点，打破了场景的沉闷。腰带的红色与远处晾晒的红色被子也形成了呼应。

[参数] 光圈: F/2.8 快门: 1/125 焦距: 75 毫米 感光度: 100

纯白色的服装呈现安静、圣洁的效果。

[参数] 光圈:F/2.8　快门:1/320　焦距:150毫米
感光度:100　曝光补偿值:0.33

在大面积的黄色中，简约的白色非常醒目。

[参数] 光圈: F/2.8　快门:1/320　焦距:95 毫米　感光度:100　曝光补偿值: 0.67

色彩不要过于繁乱

一般而言，服装的色彩要有主色，与主色相配合，有2~3种色彩就可以达到理想效果，太过烦琐复杂的色彩会干扰欣赏者的观赏体验，造成混乱的视觉感受。

一些需要规避的色彩

所说的规避，并不是绝对的禁区。唯美人像摄影有多种多样的风格，这里所说的规避只是就一般情况而言，配合不同的主题与风格，看似禁忌色彩的服装，同样可拍出精彩的作品。同时，这里所说的色彩，是指在服装上占到绝对主体的大面积色彩。

黑色——可以表达硬朗、肃穆、紧张、酷的感觉。但就整体而言，在自然场景的拍摄中，黑色是相当沉寂的颜色，需要环境有很鲜艳的色彩进行搭配和衬托，如红色、金色，这样才能显示出沉稳、高雅、奢华的效果。这样的环境色彩难以寻找，局限性非常大。在色彩稍显昏暗单调的环境下，黑色会极大地降低画面的影调效果，表现出枯燥、暗淡、无生气的效果。同时，黑色在影像的后期处理中，几乎是没有调节余地的色彩，也极大地限制了后期的调整空间。

紫色——是尊贵的颜色，搭配黑、白、灰、黄等色彩效果都不错。但它是最难搭配的颜色之一，色彩靓丽的环境中，容易显得很媚俗，非常不好把握。

灰色——具有柔和、高雅的意象。在实际拍摄过程中，大面积灰色的服装易产生素、沉闷、呆板、僵硬的感觉。如果是处在色彩灰暗的场景中，更加重这一效果。

款式，别叫糟糕的款式毁了你的作品

唯美人像摄影的模特，基本都是青春靓丽的女孩。在服装选择上，一定要尽量避免臃肿、悬垂且线条过硬、过直的服装。

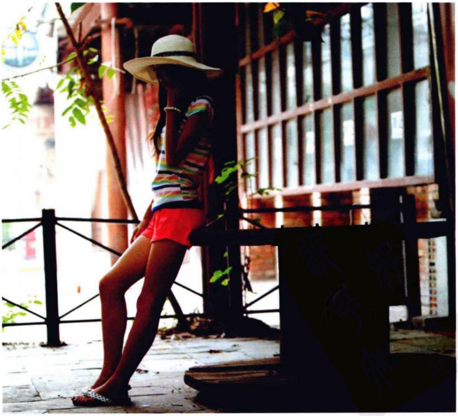
臃肿、悬垂的服装会严重影响到模特身体曲线的表达。造成臃肿、拖沓的感觉，同时会遮盖模特动作的表达。在服装的选择上一定要尽量避免这种情况，认真观察模特腰、胯、腿的部分，是否因为悬垂的服装使其动作被遮挡。

线条过硬的服装会影响模特柔美的身材曲线，譬如一些职业装、牛仔装会产生这样的效果，在选择的过程中应当予以避免。

一些皮质的服装会让模特看起来很酷，但除非是特定主题的拍摄，一般情况要尽量避免出现。皮质服装的色彩单一，黑色居多，画面效果往往沉闷，同时它的反光会在使用人工光源的时候产生反射光点，扰乱画面，产生杂乱、不精致的感觉。

美腿秀出来

女孩的美腿是欣赏的亮点，可以尽量让它展示出来。一些服装在生活中穿着，可能会显得夸张一些，但在照片里往往是刚刚好。超越日常穿着习惯的服装可以给观看者带来不一样的视觉感受。



热裤在生活中穿出来会比较夸张，但在这张照片里却很好地体现了模特的身材。

[参数] 光圈: F/2.8
快门:1/80 焦距:78 毫米
感光度:200
曝光补偿值: 0.33

[参数] 光圈: F/2.8 快门:1/320 焦距:145 毫米 感光度:200 曝光补偿值: 0.33

利用坐姿展现美腿。

[参数] 光圈: F/5.6 快门:1/125 焦距:66 毫米 感光度:160

侧身站立是展示模特身材的好摆姿。

[参数] 光圈: F/2.8　快门:1/320　焦距:95 毫米　感光度:100　曝光补偿值: 1.00

小饰品和小道具，简单获得大不同

一些精致、有特色的小饰品或者小道具，会让照片增加很多的趣味和亮点。漂亮的帽子、有特色的围巾、造型新奇的项链、耳环、花束、旅行箱等，在挑选服装的过程中，一定不要忽略。

很多时候，让一位模特单独站立或者摆造型会显得很单调。同时很多经验不足的拍摄对象，当手里没有东西的时候，肢体会更加僵硬和不自然。拿一件道具，会让模特有所凭借，帮助他们更快的放松下来。同时和道具的交互也可以给画面带来更多的故事情节与构图创意。

围巾和帽子上鲜艳的色彩与线条，增加了画面的感染力。

[参数] 光圈: F/2.8　快门:1/250　焦距:32 毫米　感光度:100

苹果引导观赏者的目光自然过渡到模特的面部。

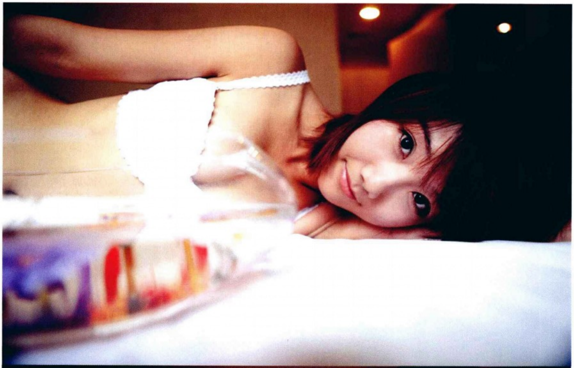
[参数] 光圈: F/2.8 快门:1/50
焦距:30 毫米 感光度:200

夸张的角度，产生了具有较强视觉冲击力的红色元素。

[参数] 光圈: F/2.8 快门:1/25
焦距:24 毫米 感光度:640

淡绿色植物衬托出了青春唯美的气息。

[参数] 光圈: F/2.8 快门:1/125
焦距:50 毫米 感光度:320

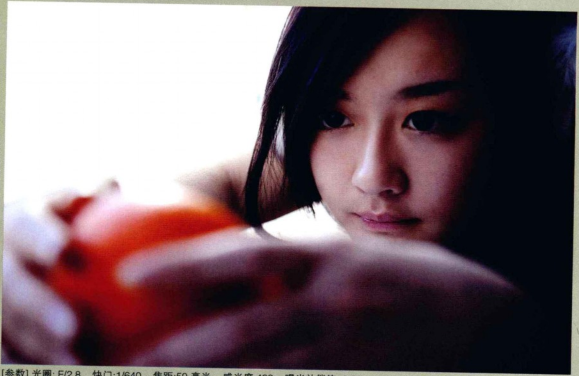


鱼缸产生的虚化，让画面的视觉效果更加含蓄，同时鱼缸内彩色的塑料花给画面增加了色彩。

[参数] 光圈:F/2.8 快门:1/50 焦距:24 毫米 感光度:320

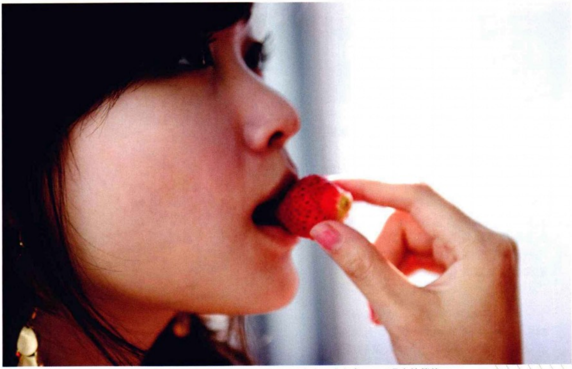
雨伞使画面构图获得了平衡。

[参数] 光圈: F/2.8　快门: 1/640　焦距: 160 毫米　感光度: 160



[参数] 光圈: F/2.8　快门:1/640　焦距:59 毫米　感光度:400　曝光补偿值: 0.33

[参数] 光圈: F/2.8　快门:1/2500　焦距:78 毫米　感光度:100　曝光补偿值: 0.33



[器材] Canon EOS 20D [参数] 光圈: F/2.8 快门:1/400 焦距:70 毫米 感光度:100 曝光补偿值: 0.67

[参数] 光圈: F/3.2 快门:1/160 焦距:200 毫米 感光度:160 曝光补偿值: 1.00

a	c
b	d

a 橙子的色彩成为了作品的视觉中心。

b 气球为色彩平淡的场景增加了亮点，同时带入了活泼的氛围。

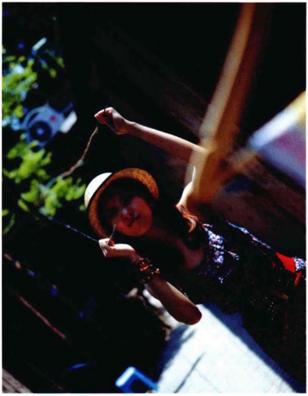
c 草莓让模特沉浸在自己的情绪里，感觉不到摄影师镜头生硬的介入。

d 小店里随手拿到的玩具，让女孩很自然地融入了这个场景。

“ 选定环境，充分利用普通场景拍出佳作

本书讨论的环境，基本都取自生活中所常见的场所。这是针对普通唯美人像摄影爱好者的条件所确定的。

如果拍摄过一段时间的唯美人像，都会有一个感受，那就是一个合适的、激发创作灵感的场景是非常难得的。这就需要我们经常留意身边的每一个角落。同时，善于利用平淡场景中的色彩、线条、元素，巧妙利用，表现出崭新的视觉效果，是摄影师的必备素质。



利用晾衣绳子的线条，将观赏者的视线引导到模特的面容上，形成了有趣的视觉路线。同时，前方一个个衣架的遮挡，让画面主体不直白的表露出来，也增强了趣味性。

[参数] 光圈: F/2.8　快门:1/400　焦距:70 毫米　感光度:100

有很多路过看到的场景很好，走过去游玩时也没有人打扰你。但一旦你决定作为创作的场景，很有可能就会有人出来干涉。所以，在拍摄前一定要与管理人员做好沟通工作，否则会很无奈。

其实很多时候，我们不必把眼光放在很大的华丽场景上。太庞大的背景往往会让模特的身姿无法和环境融合好，而显得空乏。

铁桩和铁链在画面中形成了有趣的形式化分割，用规则的线条分割，衬托出模特快乐的面孔，使之成为趣味点，充分调动了这一场景元素。

[参数] 光圈: F/2.8　快门:1/640　焦距:70 毫米　感光度:200

窗框的垂直线条让空间产生了纵深感。

[器材] Canon EOS 20D [参数] 光圈: F/2.8 快门:1/800 焦距:24 毫米 感光度:100 曝光补偿值: 0.67

背景整齐排列的窗棂，形式感非常强，为画面增添了趣味。

[参数] 光圈: F/2.8 快门:1/50 焦距:80 毫米 感光度:200

太阳花纹增添了作品的趣味性。

[参数] 光圈: F/2.8　快门:1/320　焦距:70 毫米　感光度:100　曝光补偿值: 0.33

这是一条繁华街道的后街，偶尔有人群走过，看好时机摆放一把椅子，拍出很安静的效果。

[参数] 光圈: F/3.2　快门:1/640　焦距:110 毫米　感光度:100

选择场景的一般原则是有理想的色彩和线条，有能让模特与之交互的结构。同时，拍摄的过程中，要充分的利用场景元素，不要只拍摄模特本身，要将人物放在大环境中予以表现，让场景的线条、色彩、氛围与人物的形体、情感、意趣相融合，成为一个和谐的整体。从而烘托作品的整体意境与视觉感受，这正是外景唯美人像的拍摄魅力与创作自由度的充分体现。

利用地面积水的倒影，让画面元素丰富起来。

[器材] Canon EOS 20D

[参数] 光圈: F/2.8　快门: 1/640　焦距: 70 毫米　感光度: 100

船的结构形成了引导线，将观看者的目光引导到模特的身上。

[器材] Canon EOS 20D

[参数] 光圈: F/2.8 快门: 1/1600 焦距: 70 毫米 感光度: 100

准备器材 Equipment

“工欲善其事，必先利其器”，主题、模特确定后，器材的准备就显得尤为重要，不同器材组合决定了不同的拍摄效果。了解并准备好对应的器材，将为你的后期拍摄提供不可或缺的支持与帮助。同时，准备器材一定要量力而行，尤其外景拍摄，摄影师的走动非常多，太多的器材会增添很多负荷，看管和保护器材也更加吃力，所以一定要少而精。

镜 头

没有专门的人像镜头，任何镜头都可以拍摄人像。按照焦段来说，镜头分为广角、中焦、长焦和定焦四个类型。每个焦段都可以拍出很好的人像作品。

[广角镜头]

广角镜头可以囊括大的场景与元素，创造出强烈的视觉冲击感，但容易造成人物的强烈变形，特别是照片四角的位置。所以拍摄广角人像，一般不要把模特的头部放在边缘位置，追求特殊的视觉效果例外。

利用广角镜头四周变形的效果，夸大模特的手掌，突出热烈、张扬的效果。

[参数] 光圈: F/4.0　快门: 1/1000　焦距: 22 毫米　感光度: 100

采用 17-40 广角镜头拍摄，利用仰视拍摄增加画面的冲击力。

[参数] 光圈: F/4.0　快门: 1/1000　焦距: 22 毫米　感光度: 100

一个小窍门，可以利用广角镜头的变形特点，将模特的腿放在广角画面的边缘，使之显得格外修长，这是很多女孩乐于见到的拍摄效果。

[参数] 光圈: F/2.8　快门:1/500　焦距:20 毫米　感光度:100

[中焦镜头]

中焦镜头更接近于人的视角范围，拍摄效果更容易被观赏者接受，同时这个焦段变形很小，可以很好地还原、表现模特的身姿神采，也就是常常被人定义的人像焦段。

采用中焦段24-70镜头55毫米焦距拍摄，模特的脸部安排在画面的中间，比例得到了很好的再现，变形很小，符合人们的视觉习惯。

[参数] 光圈 F/3.2 快门:1/320 焦距:55毫米 感光度 100

[长焦镜头]

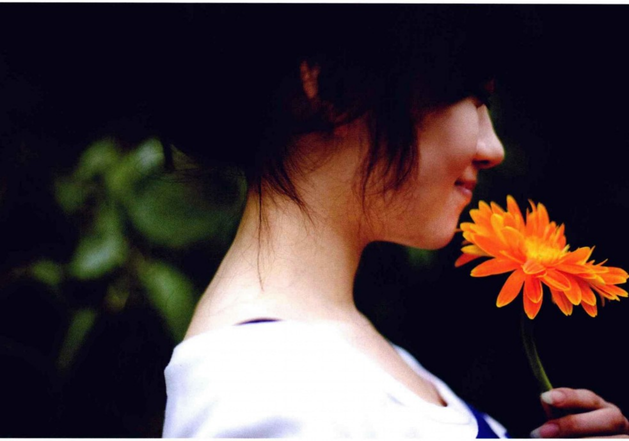
长焦镜头可以有效地虚化背景，压缩景深，能够让画面中前后景的距离感被淡化，从而突出主体。

采用了“IS 小白”的 175 长焦端，从距离模特很远的位置拍摄，让画面上方距离模特较远的树叶被虚化，产生了柔美梦幻的感觉，同时远景也得到了很好的虚化和压缩。

[参数] 光圈：F/2.8　快门:1/320　焦距:175 毫米　感光度:100

[定焦镜头]

定焦镜头拥有强大的背景虚化能力，巨大的光圈可以确保在弱光条件下拍摄拥有较高的快门，画质优秀。在人像拍摄中的使用也非常多，但缺憾是焦段固定，构图限制较大，不方便。



采用定焦拍摄，1.4 的大光圈，使背景得到了很好的虚化。

[参数] 光圈: F/1.4　快门:1/640　焦距:50 毫米　感光度:100　曝光补偿值:–0.33

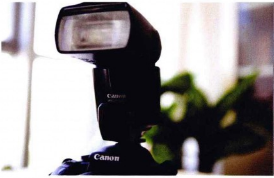
NOTE

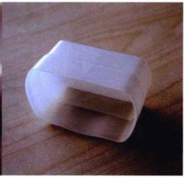
提示：在摄影中，如果想要自己的作品更加吸引观看者的眼球，有更强的视觉冲击力。可以多多尝试“极限焦距”，譬如70-200的200端，16-35的16端。即长焦镜头的最长端，广角镜头的最广端。这样焦距拍摄的视角，突破了人们观察事物的视限，更容易吸引注意力，让观看者产生新奇感。

辅助光工具

闪光灯及附件

一盏指数强大，功能完善的闪光灯是人像拍摄必不可少的利器。主流的器材品牌都有自己主打的闪光灯品牌系列，如下图左所示。



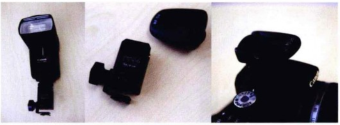


柔光罩

柔光罩可以放置在闪光灯的输出口，起到柔化光线的作用，价格不是很贵，原厂出品的柔光罩与闪光灯的契合度比较高，也可以用硫酸纸、胶卷盒等代替。柔光罩在实战拍摄中非常有用，建议配备，如上图右所示。

离机闪

离机闪由发射端和接收端组成，有原厂的产品，但价格非常昂贵，图中所示的非原厂组合，大约 100 元左右，可以实现无线引闪，这样就可以让闪光灯在信号范围内任意角度补光，非常方便。

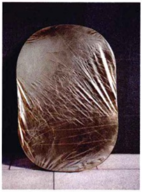


反光板

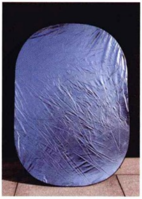
反光板有各种不同的尺寸，金色面和银色面的反射强度不同，这是消减光比、补充光线的必要工具。建议购买椭圆形 5 合 1 的大尺寸反光板，可以应对绝大多数拍摄需求。

这样的反光板中间带有支撑硬边的柔光板，外壳剥下后，可以反着再套上，正反面就形成了五种板材。

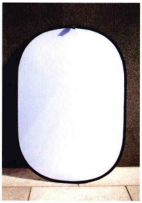
NOTE □ 提示：除了配备这样的反光板之外，最好再配合一个小的反光板，因为一旦中间带硬边的柔光板被抽出，外套就失去了支撑，不好使用。这时，需要一个小反光板进行补充。



金色反光面，可以反射出暖色的光线，适用于早晨、冬季环境光色温较低，偏冷的情况下使用。



银色反光面一般用于傍晚色温较高，环境光比较暖的时候，可以有效降低暖调。



此外，其中的柔光板可以很好的柔化光线，当正午顶光强烈的时候，可以放在模特的上方，柔化光线，去除刺眼的光斑。另外临近光照强烈的光源，譬如阳光充沛的窗户时，也可以把柔光板靠在玻璃上，柔化光线。

白色反光面的反光度弱于金银色反光面，所以在光线非常强烈时，可以采用这种反光板，避免出现很刺眼的补光。

黑色反光面可以用来作为吸光板。拍摄时放在被拍对象与光源相对的一侧，有效吸收另一侧的光线，并最大程度降低反射，可以实现影棚里那种一半脸暗一半脸亮的大光比效果。

02
沟通与创意
获得精彩摄影作品的关键

与模特沟通——如何快速让模特进入自然放松的状态 Communication

人像摄影的主体是人，让模特自然的表达，情感自然的流露是一张成功人像作品的关键。很多时候，人像摄影的初学者把过多的精力放在器材的更新与技术参数的研究上，而没有对沟通的环节予以重视，从而产生了很多技术优秀但情感缺失的作品。实际上，在人像摄影过程中，融洽而准确的沟通，往往要比技术环节重要很多。

熟悉模特

在拍摄前，应该与拍摄的对象进行沟通。包括看一些模特之前拍摄的作品，给模特看一些自己拍摄的作品。通过交流，了解双方对要拍主题的理解和预想，更多的达到共识。这样会在拍摄时达到更多的默契，更顺畅的表达自己想法。

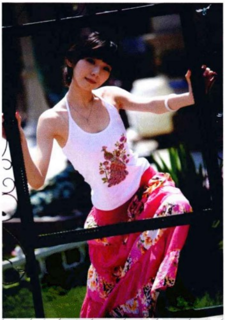
可以通过照片与模特沟通服装饰品的搭配组合。

拍摄期间的沟通

一定要多夸奖你的模特，这样可以让你们的沟通更加顺畅，同时也能帮助模特更自信，尽快的放松下来，自然的表达自己的情绪。在拍摄的时候，把握适当的时机说："很好，不错，这个角度很满意"。

不要硬性的要求模特做固定模式的动作，让模特在自然流露的基础上，通过微小的引导达到满意的体姿和表情。用"头略偏向右一点，会更好"、"再放松一点就更棒了"、"手掌再稍微放松一下，好的，这样更好" 等鼓励性的语言进行引导。

每一个模特的气质、体态都有其不可复制的特色。不要把原先脑海中看到的其他片子的姿态和造型，硬向模特身上套，不要过多的强制干涉模特的肢体表达，往往按照想象的既定风格去复制、模仿一套片子，效果都不会很理想。



需要注意拍摄期间对模特的一些保护，夏季蚊虫较多，天气较热，一些遮阳、防蚊的用具一定要准备。如果是户外拍摄，需要提前准备饮用水、纸巾等物品，以备需要的时候措手不及。

同时换装场所，卫生间要提前勘察好。总之，要保证被拍摄者能够比较轻松的出境。尤为重要的是，要准备好能坐的东西，不一定是板凳，反光板的外套，小的毯子都是不错的选择。在室外拍摄，往往有时候找不到可以坐下休息的地方，为了保持模特的体力和服装的干净，这类的垫座物品一定要准备。

Posture

创意摆姿——让作品中的摆姿与众不同

人像摄影是在既定模特和场景的情况下进行创作，所以对模特一些姿态、造型、位置的主观安排是不可避免的。在这些过程中，要处理好“抓中摆”和“摆中抓”的关系。很多地方可以找到很专业，也很详细的模特摆姿指南。对于刚刚开始接触人像摄影的摄影师和模特，可以起到很不错的指导作用。

但如果你想让自己的照片有不一样的味道，那么就需要尽快的从这个阶段跨越过去。很多作品都在重复千篇一律的摆姿，当一个姿态被“摆”好的时候，往往是模特情感、画面意境被肢解和破坏的时候，因为都是在模仿。

模特一个动作到另一个动作的过渡状态往往是自然的，这个时候不要停止拍摄。或者尝试让模特做一些旋转、跳跃的动作，这样会使模特的肢体放松下来。

拍摄的间隙，模特放松的状态往往是本色的流露，别人放松的时候，你还要继续拍摄。和模特多交流，当模特被逗笑，或者懒洋洋、顽皮、出神的状态是最吸引人的，不要忘记按下快门。

让模特甩动自己的裙摆，瞬间进行抓拍，模特沉浸在自我情绪中的状态得到了很好的表现。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/320　焦距：110毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.33

▲ 天气非常寒冷，模特等待拍摄期间出神的样子，抓取瞬间拍成特写，这个时候可以感受到她自己独有的情绪。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/1250　焦距：59毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.33

▲ 这是一个非常放松的神态，完全是模特处于放松情绪状态中的自然表露，虽然看着很简单，但这样的瞬间确实需要平时大量的拍摄积累与经验才能获得。

[参数]光圈：F/2.8　快门：1/320　焦距：46毫米　感光度：100
曝光补偿值：0.33

▼ 让模特拿着伞转了几个圈，这是个让她放松的方法，停下了的时候，拍摄她下意识梳理头发的瞬间，非常自然。

[参数]光圈：F/2.8　快门：1/2000　焦距：145毫米
感光度：160

◀◀ 模特出神的侧面往往是勾勒独到情绪的决定性瞬间。

[参数] 光圈：F/2.8
快门：1/125
焦距：70毫米
感光度：200

▶▶ 独自享受悠闲的午后时光，整个画面透露出宁静悠闲的感觉。这个草莓让模特沉静下来。

[器材] Canon EOS 20D
[参数] 光圈：F/3.2
快门：1/640
焦距：24毫米
感光度：100
曝光补偿值：0.67

◀◀ 模特的头部顶在了玻璃上，出神的向窗外凝望，这是一个诚实表达模特情绪的瞬间。

[器材] Canon EOS 20D
[参数] 光圈：F/2.8
快门：1/500
焦距：62毫米
感光度：100
曝光补偿值：0.67

Expression

校园午后，闭上的眼睛让整个画面笼罩着宁静。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/100　焦距：80毫米

感光度：100

这个姿势不是故意摆放的，模特出神的状态下，会让人猜想她在思索什么。形成很有想象空间的意趣。

[参数] 光圈：F/2.8
快门：1/320
焦距：145毫米
感光度：100
曝光补偿值：-0.67

这是一张抓拍的片子，模特端坐的位置是提前安排好的，但这个神态并不是安排的，要处理好“抓中摆”和“摆中抓”的关系。

[器材] Canon EOS 20D
[参数] 光圈：F/2.8
快门：1/1600
焦距：70毫米
感光度：100

多尝试不让模特看镜头，这样会让模特的情绪气质表达出来，沉浸在自己的情境里。摄影师也不一定总在模特的正前方取景。镜头的介入感会破坏掉一些东西，有时候感觉不到摄影师存在的人像作品更加动人。

模特拈花端详的瞬间，在一片花荫中无声的沉浸。

[参数] 光圈：F/2.8 快门：1/160 焦距：95毫米 感光度：100 曝光补偿值：1.00

模特一些习惯性的或者下意识的小动作会流露真性情的一面，不要错过。

[器材] Canon EOS 20D

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/250　焦距：64毫米　感光度：100

▲ 跟着模特身后追拍，让她回头并抓拍瞬间，动态自然，但需要有较强的对焦控制能力。

[参数] 光圈：F/2.8 快门：1/250 焦距：40毫米 感光度：100 曝光补偿值：0.33

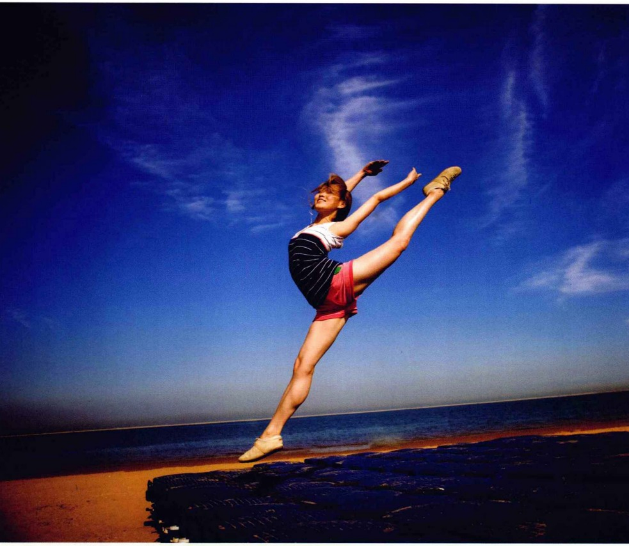
▶▶ 在模特旋转的时候，要提醒模特，不论多么放松，要注意脸的朝向要照顾镜头。胳膊，肢体不要遮挡面孔。

[参数] 光圈：F/2.8 快门：1/640 焦距：150毫米 感光度：100 曝光补偿值：1.00

▶▶ 模特转过身来的瞬间，这么动起来一般都会开心的笑，这个笑容是最自然的。

动一下，让每一张作品都不同

拍摄的时候，让模特做一些旋转，边转边跑，跳跃动作，投掷，抛道具，都可以让模特的表情完全放松自然起来，同时抓拍的过程中，每个动作都是独特不可重复的，也就增加了照片的新颖性。



Relax

跳起来，让模特快速放松的小秘笈

模特跳起来的时候，往往无法完全控制自我，恰好能表现出自然的、不受限制的自然情绪，也让作品体现出不同的情趣。

模特是专业的芭蕾舞演员，这个动作不是一般人可以达到的，但这样的跳跃的确让画面与众不同。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/2000　焦距：24毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.67

由于是在沙滩上拍摄，所以就地取材用沙子作为了趣味道具，提前让模特在起跳位置站立好，对焦，锁定焦点。然后让模特助跑，在预想位置起跳，抛沙，连拍，最后选中这张有趣的片子。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/2000　焦距：35毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.67

单纯的跳跃往往不是很理想，让模特背冲着镜头，然后跳跃着旋转过来，是一个很好的方法。这个时候采用连拍，对焦点锁定模特的面部。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/1600　焦距：70毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.67

在安静的氛围中，跳跃起来，增添了自然性情的情绪。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/1000　焦距：85毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.67

模特本来是蹲姿，画面需要向前挪动一下，她偷懒用了蹲跳的方式，及时用连拍记录下来，使得画面有新奇的戏剧效果。

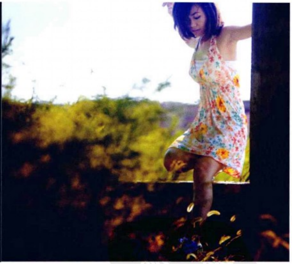
<< 很多人会质疑模特为什么能跳这么高，其实她是从椅子上跳下来的。这样的片子要求做到模特的表情、姿态、衣服都完美是比较困难的，需要反复的拍摄回放，确认成功。

[参数] 光圈：F/5.6　快门：1/1250　焦距：73毫米　感光度：100

动作过程，不放过每一个好瞬间

一个连贯动作的过程当中，模特往往是放松，自然的表达。这个时候不妨尝试连续拍摄，获得与众不同的身姿。

这样的连续动作，有时候很难取舍哪一张更好一些，不如索性做成一个动作的序列，产生电影胶片一样的特殊效果。



连续的画面交代了这个向下迈腿前，捋顺头发的小动作，让画面呈现出趣味的细节。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/500　焦距：115毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.67

这是模特跨越小沟壑的瞬间，两个连续的画面表述了整体过程，以及模特期间有趣味的表情瞬间。由于是背光，在地面上摊放了一个反光板，为模特的脸部补光。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/640　焦距：52毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.67

采用连拍，表现模特的青春活力，让每个精彩的动作都得以呈现。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/1600　焦距：45毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.67

躺下来，瞬间营造与众不同的情境

有时候，当现场比较平淡，或模特还不够放松的时候，可以尝试让模特躺下来，这是一个非常好的方法，由于身体放松，模特的身体也容易自然起来。

在简单的场景中模特自然地躺下，如同油画般的宁静气息。

[参数] 光圈：F/3.2　快门：1/100　焦距：54毫米　感光度：100

有树的构图往往是大场景，如果只是让模特站立在树下，和场景的结合就容易脱节，这时候躺下来是个不错的方法。

[参数] 光圈：F/11
快门：1/125
焦距：90毫米
感光度：100

这是一块躺上去并不舒服的水泥石块，但就是这个躺下的姿态，让前景低矮的野草进入画面，形成了朦胧的前景，使画面呈现出梦幻的效果，更好的服务主题。

[参数] 光圈：F/2.8
快门：1/125
焦距：160毫米
感光度：100
曝光补偿值：0.67

模特背靠大树，让视觉得以降低，使得本来比较平坦的场景能够呈现出更多的细节，也烘托了闲适的氛围。

[参数] 光圈：F/3.2　快门：1/800　焦距：24毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.33

大面积的色块对比让这个画面有视觉的吸引力，如果不是躺下，模特背后的垃圾箱盖（没错，就是垃圾箱的盖子）蓝色的色彩就不会进入画面。

[参数] 光圈：F/3.2　快门：1/125　焦距：24毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.33

03
构图与调度
让画面叙述摄影师与众不同的想法

优秀的构图是表达作品思想内容并获得艺术感染力的重要手段，一幅成功的摄影作品，首先是构图的成功。成功的构图能使作品的主题突出，赏心悦目。反之，就会影响作品的效果，没有章法，缺乏层次，元素混乱，不知所云。好的构图意识需要大量的拍摄实践进行磨练，同时参照好的作品多学习也是提升构图水平的好途径。

拍环境人像，environment 提升作品档次的必经之路

将人物放在场景中进行拍摄，让人物与场景融合在一起，共同营造出画面的情绪与氛围，要充分利用场景中的各种元素，不要将镜头只局限在人物的身上，这就是经常被提到的环境人像。

左侧相对大面积的白色楼梯和右侧较密集的深色阶梯让画面疏密相间。周边比较单一的颜色，也很自然的让观看者将目光停留在画面中间色彩鲜艳的模特身上。这也是彩色服装的重要作用。

[参数] 光圈：F/3.2　快门：1/160　焦距：70毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.67

利用楼梯的延伸，引导视线最终停留在模特的面孔上，右上角的虚化和透过的绿色，也让饱满的画面有了疏通，产生了虚实的对比。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/125　焦距：70毫米
感光度：100　曝光补偿值：0.67

废弃楼梯造成了有趣的空间分割，将模特放在画面的重心位置，增强了画面的形式感。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/1250　焦距：105毫米
感光度：100　曝光补偿值：0.67

水泥地面上大面积的空白和两边茂密的绿色植物形成了强烈的疏密对比，刺激观看者的视觉，产生吸引力。同时，干净的地面也很好地衬托了模特的身姿。

[参数] 光圈：F/9　快门：1/125　焦距：46毫米
感光度：100　曝光补偿值：0.67

将模特放置在巨大的树荫下，使观看者的情绪融入进整个情境。

[参数] 光圈：F/3.2　快门：1/640　焦距：85毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.67

远处江南特色的建筑和古朴的石桥与主人公的神情相互映衬，渲染出一场迷离的江南梦境。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/125　焦距：24毫米　感光度：200　曝光补偿值：0.67

斑驳的树影仿佛是女孩的梦境，旋转的木板好像一条道路，引导观看者视线自由的流转，彩色的花瓣如同青春梦里跳跃的音符。

[参数] 光圈：F/8
快门：1/125
焦距：24毫米
感光度：100

墙面上的绿色植物以及日常的炊具，衬托出故居江南的感觉，让模特的服装和神态得到充分的支持。

[参数] 光圈：F/2.8
快门：1/125
焦距：24毫米
感光度：200
曝光补偿值：0.67

“大头派”最讨女孩喜欢的构图 *Head shot*

一般来说，初学者更乐意拍摄大头照或者半身照，数码单反相机带来的优良画质和色彩，能够很好的表现模特青春靓丽的风采。这样的片子往往是让模特和摄影师都感受到成就感的第一步。

但是，如果想让你的作品更加出色，那么就要尽快从纯拍大头像脱离出来，让人物和场景融合起来，这样才能获得更加广阔的表现空间，才能让模特的气质和风采有更多的体现。这并不意味着不可以拍大头照，作为一套片子中的一个视角，效果往往是很好的。

拍摄大头像几乎是最贴近被拍摄者的距离，模特的表情自然与否，直接影响到片子的成功程度，良好的沟通是拍摄的关键。

树叶巧妙分割了画面，制造出朦胧唯美的效果，同时很好的将观众的注意力引导到模特的面部。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/2000　焦距：100毫米　感光度：200

构图里更多的是用减法，也就是常说的“1 比 2 好，半个比整个好”。用风车的叶片遮住一只眼睛，让模特的另半边脸更加的简洁，吸引人的目光。

[器材] Canon EOS 20D [参数] 光圈：F/2.8　快门：1/640　焦距：70毫米　感光度：100

让模特蹲在花草框下面，能够从这个角度更好的展现绿色植物，模特浅色的皮肤和衣服在绿色的衬托中非常醒目。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/80　焦距：24毫米　感光度：100　曝光补偿值：1.00

▶▶ 让模特顽皮的面对镜头，背景是一条老街道，观看者的目光会顺着路口的线条向左上角延伸，慢慢体会童年老街的记忆。

[参数] 光圈：F/3.2　快门：1/400　焦距：24毫米　感光度：100

红、黄、蓝大面积色块的对比，突出了模特的面容，也增加了画面的色彩冲击力。

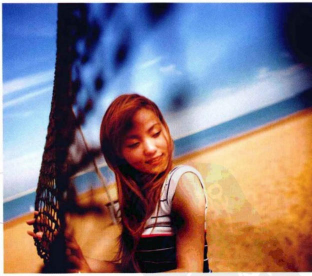
[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/125　焦距：66毫米　感光度：100　曝光补偿值：1.00

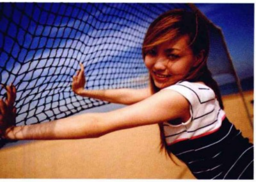
色彩、结构、线条，找到它！让你的作品大不同

摄影是框选的艺术，在既有的场景中进行挑选，然后按下快门，这个瞬间就是创作，充分利用被拍摄对象所具有的色彩、结构、线条，使之为整体构图服务，营造唯美的情境，产生视觉的冲击力，凸显主体，是构图中的一个重要方面。

片子拍摄的现场是空旷的沙滩，如果是单独拍摄模特，场景就会很平淡。作品利用了沙滩上的排球网，利用排球网的网线，使得画面有了线条分割，从而显得画面元素更加丰富。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/1250　焦距：35毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.67



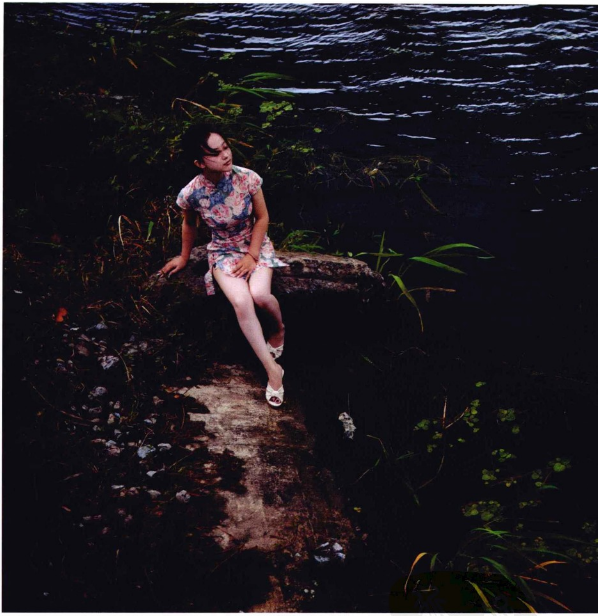


模特的身体集中在画面的右侧，飘舞的秀发和沉思的面容让人遐想，左侧球网上几根简单的网线，破解了大面积蓝色天空的单调，如同少女蜿蜒的思绪。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/1000　焦距：46毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.67

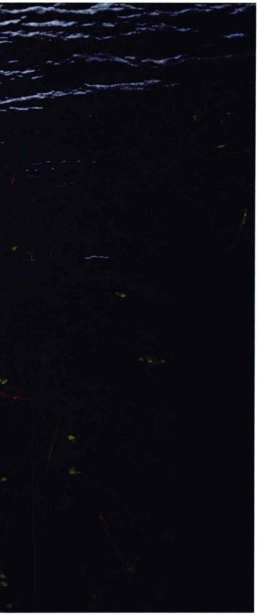
以模特面部为中心点，球门的网线向角落蔓延，发散的线条，如同弥漫的思绪。

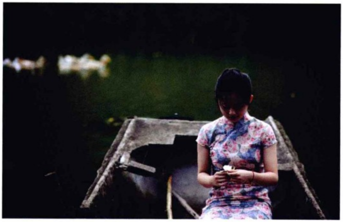
[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/1250　焦距：24毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.67



层次丰富的河面，色彩雅致的水草，给画面提供了丰富的细节，同时凸显了江南水乡的特有环境。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/200　焦距：46毫米　感光度：100





桥栏和背后房顶斜线辐射的中心点指向模特，增强了画面的主体感，并形成视觉上的张力。

[参数] 光圈: F/2.8　快门:1/800　焦距:24 毫米　感光度:100

老墙、旧台阶，晾晒的衣服，慵懒睡去的小猫，斑驳的午后光影，大的构图让这些元素统统纳入画面，每一处细节都在讲述着老房子的故事，整体与细节，块面与线条的对比，为画面提供了丰富的信息。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/60　焦距：27毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.67

这是拍摄于 798 的一张照片，大环境的取景，清晰的交代了现场的光影，让观赏者如同身临其境。

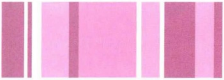
[器材] Canon EOS 20D

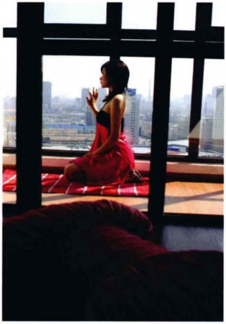
[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/800　焦距：24毫米　感光度：100

斑驳的树影营造了初夏的感觉，与模特轻松的姿态相互呼应。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/400　焦距：24毫米　感光度：100

曝光补偿值：1.00





色彩斑斓、线条丰富的枕头与毛毯，让画面视觉效果极其强烈。

[器材] Canon EOS 20D

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/100　焦距：24毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.33

铺天盖地的夹竹桃花形成了密集的点状装饰，与模特浅色的服装非常协调，同时与模特服装白色的块面形成了点面对比，从而使画面重点突出，营造出一个繁花似锦的江南梦。

[参数] 光圈：F/3.2　快门：1/80　焦距：70毫米

感光度：100　曝光补偿值：0.33

Props

调用趣味元素及道具，在现场玩玩“找茬儿”游戏

在场景中往往存在很多有趣味的元素，这需要摄影师认真观察，勤于动脑，并与模特默契配合，巧妙地利用这些元素。一个趣味点或者道具的巧妙利用，都会给作品带来与众不同，不可复制的亮点，从而彰显出摄影师自己的个性和想法，让观看者眼前一亮。

玩具店色彩鲜艳的小玩具，黄色木板结构，以及背景的小斑点壁纸都形成了有趣的纹理和细节。而模特的上衣在画面中形成了大面积的空白，从而显得疏密有致，尽管元素众多，但并不繁乱压迫。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/160　焦距：165毫米　感光度：100　曝光补偿值：1.00

飞翔的鸟群延伸了模特的情绪空间。

[参数] 光圈：F/3.2　快门：1/640　焦距：24毫米　感光度：100　曝光补偿值：1.00

这是废弃别墅群的一个半截楼梯，模特蹲在上面，产生了极其有趣的效果。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/320　焦距：148毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.67

芦苇丛中的鸟群被惊起，与模特舒展的肢体相互映衬，让画面动中有静，活泼了氛围。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/640　焦距：78毫米　感光度：100　曝光补偿值：−0.33

一只睡熟的小猫咪可以给照片带来与众不同的意趣。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/100　焦距：70毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.67

黑色花坛的反光，规则的排列，与模特柔美的身姿，靓丽的服装色彩，以及柔美放松的神态相映成趣，烘托了画面情境。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/125　焦距：70毫米　感光度：125　曝光补偿值：-0.33

从路边借来的一把椅子，让模特放松下来，进入自己的情绪，比直白的站立更具有情绪内涵。

[参数] 光圈：F/3.2
快门：1/800
焦距：200毫米
感光度：100
曝光补偿值：1.00

作品整体画面纹理细密，在模特的头部摆放一把纯白色的椅子，出现了一块较完整的空白，打破了画面整体的压抑感，同时也衬托了椅子上的扶郎花。

[参数] 光圈：F/2.8
快门：1/640
焦距：78毫米
感光度：100
曝光补偿值：-0.33

不要站着不动，避免很多摄影师都犯的错误

很多时候，摄影师都是习惯正直站立着拍摄。这是最常用的摄姿，无可厚非。但摄影是出新、出奇的艺术。如果你只是按照平时观看拍摄对象的角度去拍摄人物。这样的片子往往是平淡无奇的。当一张照片的视角与人们日常观看事物的视角相同时，片子就不容易让观看者产生新奇的视觉感受。

很多人质疑这是一张爬上树拍摄的作品，其实丁香花丛并不会太高，临近台阶生长的花丛，走上台阶向下拍摄，可以很舒服的得到这样与众不同的视角。

[参数] 光圈：F/2.8

快门：1/100

焦距：24毫米

感光度：100

蹲下来与地面平齐，获得低角度视角。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/200　焦距：120毫米
感光度：100

站在花坛上，从上向下拍摄。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/200　焦距：32毫米
感光度：100

很矮小的野草，蹲下来，将相机放在地上，盲拍得到了这幅作品。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/1250　焦距：24毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.67

蹲在地上的拍摄，让模特和巨大的摩天轮融合在一起。

[器材] Canon EOS 20D

[参数] 光圈：F/4　快门：1/250　焦距：17毫米　感光度：100　曝光补偿值：-2.00

从临街的窗口向下拍摄。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/640　焦距：78毫米　感光度：100　曝光补偿值：-0.33

前景的应用，提升层次，让画面留住目光

要避免人物场景简单的前后排列关系，这样的画面比较中庸、平淡。如果观赏者的目光可以在很短时间内就看到画面的所有元素，平铺直叙，就不会产生让观看者停留、回味的兴趣点。

要充分利用现场中的元素，创造前景。这样，画面的层次就从先前的两层，转变为三层或更多，而且由于前景的虚化和遮盖，会使画面的元素丰富起来，让观看的目光流连忘返，增加回味。

选择很狭小的空间，有意让模特坐在里面，这样前排的花朵就形成了前景，很自然的引导视线集中在模特身上，同时虚化的叶片营造了温暖的氛围。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/80　焦距：70毫米　感光度：100

花坛的水泥支架和模特一起趴在地面上，利用水泥支架，将画面分割成有趣的两个小画框。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/100　焦距：120毫米　感光度：100

模特躺在莲花池的木板上，如果直接拍摄，画面就会一览无余。这时，有意在镜头前摆放了一盆植物，透过植物营造的虚化前景，画面有了梦幻般的情境。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/400　焦距：484毫米　感光度：100

让顶棚进入画面，强化了画面的透视关系。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/100　焦距：120毫米　感光度：100

竖立的竹栏分割了画面，产生了较强的形式感。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/100　焦距：120毫米　感光度：100

模特用手拿住围巾的一端，遮挡在镜头前，人工制造了前景，丰富了画面，形成欢快的动感效果。

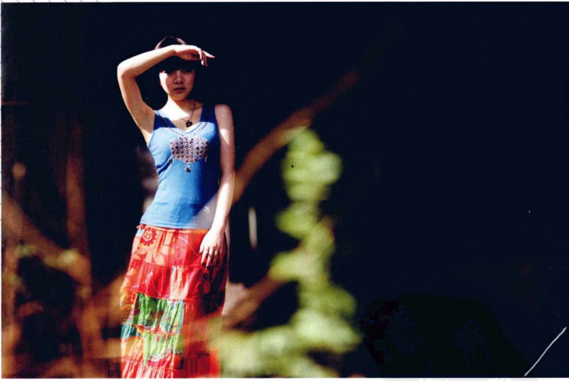
[参数] 光圈：F/2.8
快门：1/320
焦距：60毫米
感光度：100
曝光补偿值：1.00

利用虚化的小葵花制造画面中的虚实对比，增加了层次感。

[参数] 光圈：F/2.8
快门：1/320
焦距：120毫米
感光度：100

在旷野中，前景摇摆的荒草，增加了画面的景深，让人有被枝叶碰触的身临其境之感。

[参数] 光圈：F/2.8
快门：1/2000
焦距：27毫米
感光度：100
摄影 李 晟



简单的枯草前景，呈现出有趣的线条色块。

[参数] 光圈：F/2.8 快门：1/500 焦距：125毫米 感光度：100 曝光补偿值：-0.33

Detail

出人意料的旋转，小细节获得大效果

旋转 180 度，产生了强烈的不稳定感，增加了画面的视觉冲击力。

[参数] 光圈：F/2.8
快门：1/1600
焦距：80毫米
感光度：100
曝光补偿值：0.33

这本来是一张竖着拍摄的照片，根据后来的感受，把它旋转为横片，出现了意外的效果。观看者看到后第一感受就是“怎么能这样”，然后产生进一步探索原因的兴趣。

[参数] 光圈：F/2.8
快门：1/1600
焦距：80毫米
感光度：100
曝光补偿值：0.33

倾斜，相机歪一下，动感拍出来

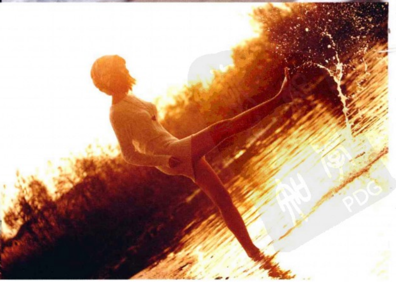
一般而言，摄影作品的地平线应该是水平的，这样符合人们稳定的视觉习惯，但适度利用倾斜，可以创作出视觉上的不稳定感，从而增加画面主体的视觉冲击力。

倾斜让画面产生不稳定感，也就增加了视觉的新奇感。

[器材] Canon EOS 20D

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/2000

焦距：200毫米　感光度：100



让实例说话——告诉你最简单有效的构图原则

构图的基本原则讲究的是：均衡与对称、对比和视角。在一般的构图中，存在很多比较经典、简洁的构图原则，可以帮助初学者更快的把握构图。但这些原则并不是固定不变的，在初学阶段可以中规中矩的使用，进入一定层次后，可以大胆的打破以表达出自己的想法与个性。

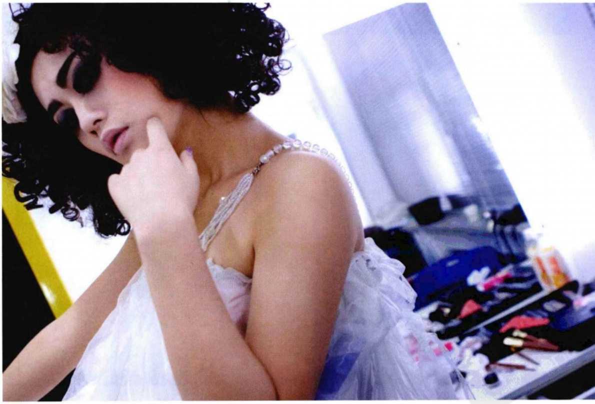
对角线，连接对角的韵律

对角线构图是一种较为常用的构图方式，它的特点是制造出画面动感，打破平稳构图的沉闷，营造新鲜、视觉冲击强烈的艺术效果。

模特的身体将画面从左上方到右下方分割成两个三角形区域，产生了不稳定的倾斜感，但由于三角形具有特殊的稳定感，画面不会感觉失去平衡。

[器材] Canon EOS 20D

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/50　焦距：24毫米　感光度：100

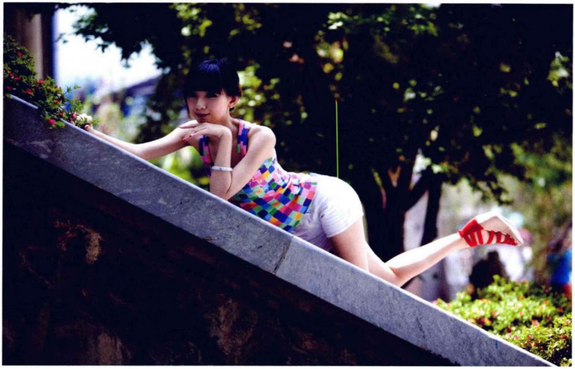


由于中心的树干是垂直竖立的，所以有效抵消了画面倾斜带来的不平衡感。

[参数] 光圈：F/2.8
快门：1/400
焦距：24毫米
感光度：100

利用地平线分割画面，产生特殊的视觉效果，比水平的取景更加吸引目光。

[参数] 光圈：F/2.8
快门：1/400
焦距：32毫米
感光度：100
曝光补偿值：1.00



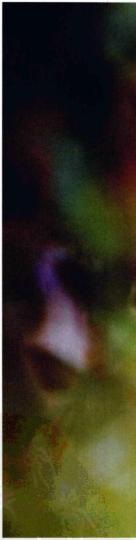
虚与实，让画面增加回味

要善于以虚见实，一幅画面全部是实体就会让人觉得直白，而过于平铺直叙，全部是虚化的元素，又会让人感觉混沌没有视觉重点，虚与实的对比应用，能够让画面有藏有露，产生视觉意趣。

背景被虚化的花丛营造了迷离梦幻的情境，从而映衬出船上女子的委婉与沉静，这是典型的虚实对比应用。

[参数] 光圈：F/3.2　快门：1/200　焦距：32毫米　感光度：200

曝光补偿值：0.33



模特的面容是画面实的部分，与虚化的植物前景形成相互对比，从而让画面有所玩味。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/200　焦距：120毫米　感光度：100　曝光补偿值：-0.33

简与繁，让突出的更突出

大面积的蓝色单纯整齐，与模特背后有细密纹理的草丛，形成了疏密的对比关系。

[参数] 光圈：F/2.8 快门：1/200 焦距：50毫米 感光度：100 曝光补偿值：1.00

模特服装上的大面积空白与身后零碎的化妆工具，以及蓝色的椅子形成了简与繁的对比。

[器材] Canon EOS 20D [参数] 光圈：F/2.8 快门：1/60 焦距：24毫米 感光度：100

NOTE 提示：一些可能影响到画面效果的杂物和元素，拍摄前一定要尽量提前处理掉。尽管有图像处理的后期平台，但很多工作前期做到位，会让你更集中精力关注作品的本身，同时也给后期减少很多的麻烦。

对比，越强烈越瞩目

对比强烈的照片更能够给人留下深刻的印象。

坚硬厚重的钢铁构造与娇小柔美的模特形成了质感、体积上的对比。

[参数] 光圈：F/3.2　快门：1/160　焦距：65毫米

感光度：200　曝光补偿值：1.00

左右大面积的黑色中显露模特的面孔，黄色衣服以及墙面上的光影，形成色彩、面积的强烈对比，从而使画面产生强烈的视觉吸引力。

[器材] Canon EOS 20D

[参数] 光圈：F/6.3

快门：1/250

焦距：170毫米

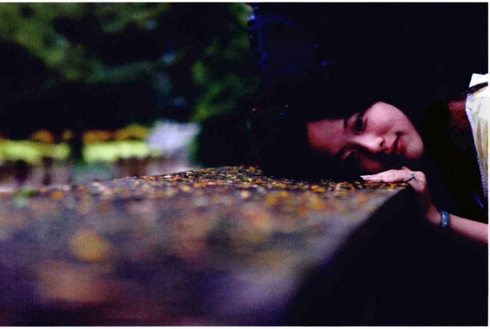
感光度：100

灯光：U2灯加聚光筒

平衡，在不平衡里找平衡

大面积的绿色植物与模特娇小的身躯形成强烈对比。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/125　焦距：200毫米　感光度：100



蓝色的花盆与模特的面孔，都集中在画面的右角，本应是感觉视觉偏重于右侧，但左侧有意增大了面积，从而使画面获得平衡。

[参数] 光圈：F/2.8
快门：1/125
焦距：24毫米
感光度：100

模特躺在画面的偏右位置，但左边黑色的栏杆压重左侧，使画面获得了平衡。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/125　焦距：24毫米　感光度：100

04 用光

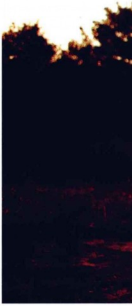
展示独特的光影魅力

“漫射光，最佳时段获得拍摄人像的最佳光线

摄影是光的艺术，有关光的应用可以写出若干的著述。这里仅就一些常用的基本原则和技法进行简单阐述。

事实上，任何光线都可以拍摄出好的人像作品，各种光线下都有能够利用的创作空间，这里开始探讨的，是普遍意义上适合大多数拍摄需求的光线条件。

按照夏天日照时间较长的时间计算，一般而言，晴天时拍摄的理想光线时间是上午9：00–11：00，下午3：00–5：00。这个时候的光线是柔和漫射光，光照均匀，不会出现强烈的阴影，成微暖色调，适宜表现模特柔美的特质。



[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/1600　焦距：24毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.33

▲ [参数] 光圈：F/2.8 快门：1/1000 焦距：24毫米
感光度：100 曝光补偿值：0.33

◀◀ [参数] 光圈：F/2.8 快门：1/3200 焦距：80毫米
感光度：100 曝光补偿值：0.33

阴天的漫射光，这个时候的光线依然均匀，但光色偏冷，层次对比减弱，适合拍摄唯美、清雅、宁静的片子。

[参数] 光圈：F/2.8
快门：1/800
焦距：63毫米
感光度：100
曝光补偿值：0.33

[参数] 光圈：F/2.8
快门：1/640
焦距：200毫米
感光度：100
曝光补偿值：0.33

逆光，最富于创意空间的光线

让逆光成为作品的兴趣点。逆光是一种由于被摄主体恰好处于光源和照相机之间的状况，逆光会造成主体的曝光不充分，但巧妙利用逆光的剪影效果，和在被摄主体上产生的靓丽高光，往往能创作出与众不同的艺术效果。

逆光拍摄的时候，可以尝试去掉遮光罩，让眩光出现，这个时候会出现梦幻、温暖的特殊效果。

[参数] 光圈：F/2.8 快门：1/320 焦距：27毫米 感光度：100 曝光补偿值：0.33

逆光给地面上的小草镀上了一层迷人的金色。

[参数] 光圈：F/2.8 快门：1/320 焦距：70毫米 感光度：100 曝光补偿值：0.67

眩光增加了画面的梦幻感觉。

[参数] 光圈：F/2.8 快门：1/320 焦距：200毫米 感光度：100 曝光补偿值：0.67

逆光营造了安静圣洁的感觉。

[器材] Canon EOS 20D

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/640　焦距：70毫米　感光度：100

逆光环境下，增加主体曝光形成高调影像。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/100　焦距：24毫米　感光度：100

▲ 拍摄的时候，只有模特脚下一块可以照到光，所以让模特反复调整位置，让逆光正好照射到她的头发上，形成了漂亮的金边儿，让平淡的影调有了神采。

[器材] Canon EOS 20D

[参数] 光圈：F/2.8 快门：1/125 焦距：153毫米 感光度：100

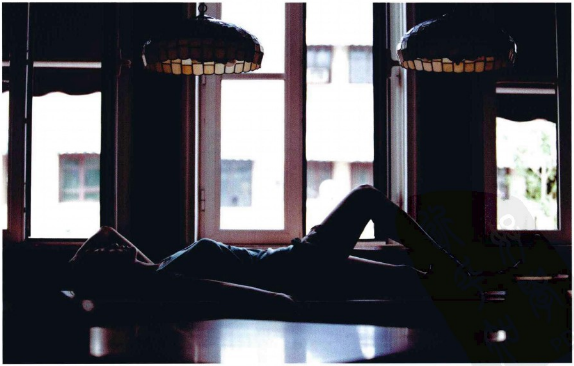
◀◀ 对准天空亮部测光，把人物压成剪影效果。

[器材] Canon EOS 20D

[参数] 光圈：F/4 快门：1/3200 焦距：37毫米 感光度：100 曝光补偿值：0.33

用较低的快门，让逆光的面部适度曝光出细节，营造了宁静的画面氛围。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/50　焦距：24毫米　感光度：100



逆光会导致主体的曝光不足，但恰恰可以利用这一特性，营造暗调，形成暧昧、神秘的特殊氛围。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/200　焦距：70毫米　感光度：100　曝光补偿值：-0.33

[器材] Canon EOS 20D [参数] 光圈：F/2.8 快门：1/800 焦距：153毫米 感光度：100

顶光，用平时避讳的光线拍出好作品

Top Light

一般情况下，尽量避免光线直接从头上照下。因为，这会在模特脸上形成强烈的光斑，对模特的五官形成了生硬的切割，这是正午阳光最典型的特征。

在不可避免的情况下，可以使用柔光板在模特的上部进行遮挡拍摄，消弱光斑，也可以利用树荫、阴影等光照略弱的地方柔化光线进行拍摄。模特的面孔尽量不要仰，保持与地面的90° 角，消弱光斑的产生。

[参数] 光圈：F/2.8 快门：1/1250 焦距：40毫米 感光度：100

侧光，立体之光 *Side Light*

侧光是指从被摄物体侧面照射过来的光线，使物体受光面与明暗面各自有明显的表现，既能勾勒出被摄体的轮廓，又能体现立体感，这种光线的表现力最强。

◀◀ 没有采用另一侧的补光，突出窗口外自然测光的独特效果（左图）。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/200　焦距：24毫米　感光度：400　曝光补偿值：0.67

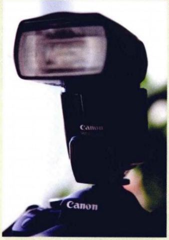
▶▶ 利用侧光增加模特面部的光比，呈现出比较酷的硬朗效果（右图）。

[器材] Canon EOS 20D

[参数] 光圈：F/7.1　快门：1/100　焦距：24毫米　感光度：100

用离机闪在模特左后方直接向屋顶补光，创造出这种高调的白色影调。

[参数] 光圈：F/603　快门：1/160　焦距：24毫米　感光度400
曝光补偿值：0.67



灵活使用人工光

artificial Light

很多情况下，自然的光线并不能满足拍摄的需求。这个时候一些人工光源，便成为了必要的。主要的人工光工具包括反光板、闪光灯以及各类专业摄影灯。

本书只简单介绍摄影爱好者最常用，以及最方便携带的两种人工光工具，反光板和外置闪光灯，它们方便、小巧，便于携带，很多专业的灯具体积庞大，搬运困难，与不同场景结合时，要反复搬动，不适用于大多数的摄影爱好者。

反光板的N大功效

反光板可以有效降低光比，补充光照不充足的主体，是拍摄中最简单易用的工具。

一般的反光板分为金色和银色两面，其中金色面的发射率要高于银色面。根据不同的情况携带一个尺寸符合要求的反光板会带来很大的帮助。另外，大块的泡沫塑料板也可以起到同样的作用。

现场拍摄的时候采用了一只离机闪光灯。原本想直接向屋顶打光发射，但布单在模特脸上形成了阴影。最后，由助手手持闪光灯，向一面正对模特的反光板扑光，利用反光板反射的光线拍摄了这张作品。

[参数] 光圈：F/3.5　快门：1/160　焦距：42毫米　感光度：100

闪光灯，不仅仅是增加一个光源

一般的数码单反相机都有顶部的闪光灯，但这个闪光灯指数较小，角度固定，位置固定，很大程度限制了摄影者的发挥。所以一盏指数充足，参数控制齐备的闪光灯就成为了人像拍摄的必备器材。闪光灯的主要功能包括以下几项，在后续章节的拍摄实战中，会有较为具体的介绍：

■ 补充光照的不足：闪光灯可以弥补现场光线的不足，提供不同发射量的辅助光线

■ 加柔光罩，柔化灯光：增加柔光罩的闪光灯可以最大程度让人工光线自然的与场景光线融合

■ 眼神光：最小的发光量可以让模特的瞳孔呈现光点，增强人物的神采

■ 缩小光比：当光比较大的时候，可以通过对暗部的补光，缩小光比，这个补光不破坏原有的对比关系，只是缩小

■ 折射：很多情况下，闪光灯的直射会破坏现场的光照关系，这时对着现场其他可以反光的物体，譬如屋顶、墙壁扑光，会让闪光灯的光线自然的融入环境而不突兀。

■ 反光板折射：当现场没有大面积的反射物可用的时候，可以利用发光板作为反射体，当然，这个时候需要助手的帮助

■ 离机闪：可以给闪光灯提供更大的移动空间，前面章节已经介绍

除了反光板、闪光灯等常用的工具，在拍摄中，还可以多采用一些其他的光源，来创作与众不同的光影效果。可以说，任何发光的工具都可以无限制的用到摄影中来，展现不同的构思。

其他光源，用意想不到的发光工具拍片

multiple Lights

利用临时安装的管灯，未增加任何人工光源，竟拍摄出意想不到的光影效果。

[参数] 光圈：F/4
快门：1/800
焦距：57毫米
感光度：100

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/640　焦距：24毫米　感光度：100

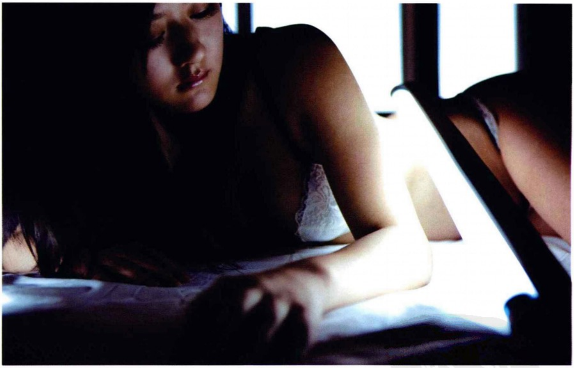
日光灯管的照度非常充沛，在微弱的环境光下，让被摄主体呈现出足够的细节。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/640　焦距：30毫米　感光度：100

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/400　焦距：27毫米　感光度：100

模特手举灯管，确保了面部均匀足够的光照，同时有效压暗了背景，突出了主体，避免了背景杂乱元素的干扰。

[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/2000　焦距：32毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.67



[参数] 光圈：F/2.8　快门：1/2000　焦距：24毫米　感光度：100　曝光补偿值：0.67

NOTE □　要记住，未必全亮的片子就是好片子，所有的照片应该是主题与情感占第一位，而绝不能片面的追求面部光亮。很多时候，反光板等人工灯光的设置，会干扰模特的自然表达。这个时候，一切为主题及情境服务。要记住，没有一个绝对标准要求模特的面部必须是补光均匀的。

05
Let's Go
一起去拍片(一)

实战是把握人像摄影技术的关键，本章隆重邀请表现力一流模特，一同体验人像现场拍摄的全过程。

出镜模特：暖莎

个人简历：

2006 年度新浪游戏 playgirl 亚军

《英雄 II》网络游戏代言人

三星新机展模特

Sony 镜头彩页宣传模特

中关村在线卡片机宣传模特

场景：天津新意街巴伐利亚啤酒坊

服装与位置选择，开辟拍摄的最佳战场 *Cloth & Location*

由于是室内拍摄，光线一般都会比较暗，所以尽量选择光源充足的地方，会让摄影师和模特有更好的发挥。

这里选择了这家店临街的一角作为拍摄场地。模特身后和右侧都有临街的窗口。拍摄的时间是中午，外面的光线很强，但通过玻璃的柔化，形成了很自然的漫射光，更能够衬托模特柔美恬静的气质。

在服装上，由于环境整体装修偏近中灰色，所以选择万用颜色“白色”，既不会在场景中过于突兀，同时又是画面中最高调的部分，成为观看者的兴趣点。

场景与构图调度，要动手去改变现场

观察一下场景，由于是餐饮店，在桌面上摆放了餐桌号、酒牌和调味筐。餐桌号有大面积的褐色和对比强烈的号码。酒牌上啤酒杯的黄色，在视觉感受的优先性上高于模特衣服的白色，这都对画面的主体形成了干扰，所以在拍摄前要将它们移走。

桌面上大面积空白，显得单调乏味。调味瓶为白色和透明的玻璃，和模特的服装颜色一致，形成了呼应的关系。同时，由于桌子的面积比较大，保留一个物品可以打破大面积空白的单调，同时也使画面更加平衡，所以把它保留了下来。

这是一个简单场景的拍摄，通过拍摄，我们可以了解到在最简单的场景和光线环境下，如何充分调动各种细微的元素，让自己的照片呈现亮点，获得让人感觉新奇的视觉效果。

利用前景，让平淡场景不平淡

镜头紧贴调料瓶取景，将其作为前景，由于距离镜头很近，呈现出晶莹剔透的虚化效果。因为是白色和透明色，所以不会对观看者的视线形成干扰，照片的视觉兴趣点依旧在模特的面孔上，但虚化的调味瓶筐使画面的层次更加丰富，同时形成了虚实对比。

利用窗外的自然光，自然为上

经过玻璃柔化的光线非常柔美，让模特面部靠近窗口，这是最好的自然光。

小道具的利用，小道具大作为

窗台的小植物一直没有挪走，它的色彩与白色衣服搭配起来非常柔美，同时也平衡了画面，如果没有这盆花，画面就会感觉右侧过重，失去平衡。

与场景互动，营造接触感

让模特触摸玻璃、植物，都会营造出一种亲切自然的感觉，使模特更加融入环境。

制造前景，告诉你一个摄影师的小秘密

这是个很有意思的技巧，在现场实在没有合适前景的时候，可以人工制造一些，这张片子就是摄影师手里拿着花盆遮挡在镜头前拍摄的。

站在模特面前的椅子上进行拍摄

蹲下来，在模特下方向上拍摄，突出了餐桌的边缘线，同时也看到了平常角度看不到的吊灯，给画面增加了色彩和趣味。

高角度和低角度拍摄，不仅仅只有水平线

前面章节说过，不要总是站立着正直拍摄。要多尝试高角度和低角度的特殊机位拍摄。

利用高角度的元素，哪里都有好宝藏

既然发现了上面的吊灯，就可以深入利用一下，站在模特对面的椅子上，将吊灯纳入构图，向下拍摄。色彩鲜艳的吊灯由于角度问题，被放大了，使画面呈现出瑰丽的色彩。其细密的纹路与画面下半部大面积的空白餐桌形成对比，趣味十足。

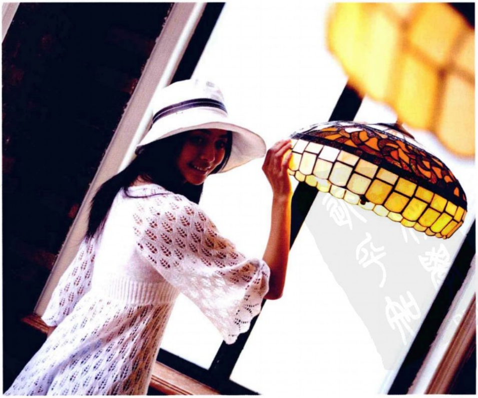
在模特的另一侧拍摄，另一盏灯给画面带来一个漂亮金黄色的边角。同时，由于模特脸向上仰，吊灯正好实现了补光的效果，模特的面部呈现出柔美的暖黄色。

一些注意规避的错误Something Wrong

很多时候，好作品和普通作品的差异就是在一些很小的细节，很小细节的累积，形成了整体作品的差异。下面就一些常见的小问题，进行分析。

避免干扰主体的元素出现，让画面纯净起来

低角度拍摄时，左图吊灯的灯泡进入了画面，它的亮度很高，而且是黄色的，所以干扰了对模特本身的注意，右下图调整角度，使模特面孔成为焦点。



避免画面对肢体的裁切，不要让模特“疼”

肢体被裁切会让观看者有模特被伤害、压迫的心理暗示，完整感被破坏，产生不愉快的感受，所以一定要在画面中注意规避。

避免构图对肢体的裁切，肢体裁剪的“小规章”

照片中模特左臂从腕部被裁切，这是人像构图上的一个忌讳。人像肢体裁剪的禁忌“一般”原则是不要从关节处裁切，譬如肘弯、手腕、脚踝、膝盖处取中裁切。但一定不要忘记这只是个“一般”原则。

室内拍摄的补光

Lighting Indoor

室内的光线一般除了临近窗口的位置，都会有些不足，在室内拍摄尽量要靠近窗口等光源，一般房间内的照明灯具色温都不准，也不够充沛，所以不建议用室内的居住灯具补光，合理使用闪光灯和反光板可以完成绝大多数的补光任务。

反光板补光，未必全亮就是最好的

未使用反光板

使用反光板

室内拍摄光线一般都比较弱，虽然选择了临近窗户的位置，但模特脸的一侧依然没有充分的光照，这个时候，采用反光板补光，可以获得面部均匀的受光，使光比减小，画面更加柔美。但正如前面章节说过的“未必全亮的片子就是好片子”，左图未加反光板的有自己独特的情绪味道，所以反光板未必是必需品，“没有一个绝对标准要求模特的面部必须是补光均匀的”。

外置闪光灯补光，让光随心随处闪耀

1. 眼神光

眼神光是指模特瞳孔反射的高光点，在人像摄影过程中起到“提神”的作用。室内拍摄光线较暗，模特的眼神光不明显，神采相对黯淡。利用外置闪光灯为模特补上眼神光，神采顿时提升起来。

拍摄方法：

步骤 1 先设定相机的拍摄方式，作者采用了光圈优先模式。

步骤 2 将外置闪光灯设置在 TTL 模式上，由于不想破坏现场的光比，所以不采用直扑的方式，闪光灯的反射片拉起，将输出量尽量的降低，如 -2、-3 挡。

这时，闪光灯扑到模特身上的光非常微弱，但由于人眼是玻璃体，所以依旧能够很明显地反射出闪光灯亮光，产生出漂亮的眼神光。

拉起反射片的闪光灯

没有眼神光

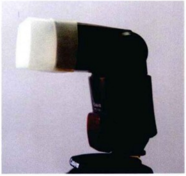
有眼神光

2. 硬光补光

硬光就是所谓的直扑光，表现为闪光灯的发射端直接面对拍摄物体发光，没有柔化工具，这样的光效果比较硬朗，阴影边缘清晰，适合创造坚硬、强烈的视觉效果，但很容易使被摄对象的着光生硬，与环境光相冲突，显得突兀而不协调。

3. 柔光补光

一般使用外置闪光灯采用的是直接扑光，但这样属于直射硬光源，会在模特的身上产生强烈的阴影和反光。所以，很多时候会需要在闪光灯前加一个柔光罩，这个配件很便宜，但可以很有效的柔化光线。如果现场不具备这样的配件，还可以将闪光灯向白色的屋顶直射，通过白色屋顶的反光，形成均匀的漫射光线，达到柔化的效果。



增加柔光罩的柔光模式

向屋顶直射通过屋顶反光的柔光模式

4. 离机闪光

这需要单独购买离机闪的配件，如果是非原装的产品，价格在几十元到一百元不等，它可以实现闪光灯无线距离遥控，给拍摄带来更大的方便。

自然光拍摄

模特靠在吧台上，光线从身后的窗外照进来，照亮她的身后，但面孔全部在阴影里，这时候如果利用机顶的外置闪光灯拍摄，会使得模特面孔全亮，失去了光影的味道。这时，采用离机闪，让助手在模特前方将灯向屋顶扑光，通过屋顶反射的光照亮模特的面孔，同时保留了自然光比和光影过渡。

采用离机闪拍摄

06 Let's Go 一起去拍片(二)

本章将围绕曝光、反光板套具使用，闪光灯使用及美姿来进行实战演练，帮助朋友们进一步了解相关知识和操作细节。在实际拍摄过程中，所有的拍摄范例都只是一个一般性原则，不要拘泥于任何既定的规则，掌握之后，加入自己的创意去使用它们。

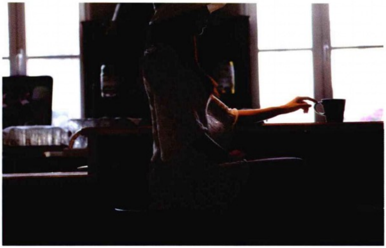
曝光决定效果，同样的场景大不同

Flash & Effect

曝光是任何一个摄影者都要认真面对的问题，尽管现在数码相机都提供了 RAW 文件格式，可以允许拍摄者在后期对过曝或欠曝的文件进行比较大范围的调整和补救。但前期精确的曝光依然很大程度决定着作品的整体水准并反映出摄影者的基本功力。前期曝光越准确，后期提供的调整宽裕度就越大。有的摄影师通过对一个矿泉水瓶在不同环境的曝光组合下进行反复训练，摸索，从而锻炼出对曝光的准确把控能力。这是一个很不错的方式，尽管这是一个数码的时代，如果为了自己的作品能得到本质的提升，我们依然需要抛弃浮躁，对曝光进行严格训练。

1. 对着亮部分进行测光

模特坐在吧台旁边，摄影师从逆光的一侧进行拍摄，对准模特脸部轮廓的亮边进行侧光，这时画面被整体压暗，模特的身体侧面勾勒出漂亮的轮廓光，呈现出神秘、尊贵、沉静的画面效果。同时可以看到，窗外右下角红色的花朵也呈现了出来。



2. 对着暗部进行测光

对准模特头发进行测光，并按下快门拍摄，画面整体明亮起来，模特身上的细节显现出来。但与此同时画面窗外的细节全部失去，呈现明亮的高光效果，画面笼罩在安静、圣洁、阳光的氛围内。

PDG

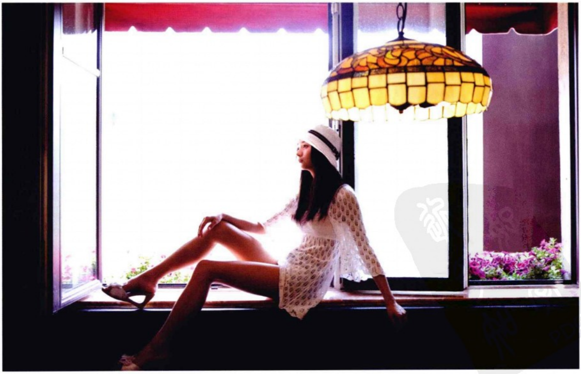
3. 测光位置的选择

测光的位置会直接影响曝光的结果。那么测光位置的选择原则是什么呢？这里可以简要的说，那就是对着整张作品最感兴趣的位置进行测光。然后以这个测光值酌情调整 EV 增减，获得其他部分的相对正确曝光。

应该说，没有正确和错误的曝光，只有准确和不准确的曝光。那什么是准确的曝光呢？准确的曝光就是拍摄者想照片曝光到什么程度，照片就曝光的什么程度。

最初的曝光一定要做到不过曝不欠曝，但到了一定阶段，要认识到，曝光实际是为照片的主题、情绪服务的。一些时候，为了照片整体的表达，一些过曝或欠曝是被允许的。任何技术参数都是为主题服务的。要充分体验一句话“某些规则在一定时候要学会忘掉，因为它们只是阶段性正确。”

对着窗外最明亮的位置测光，得到了这张剪影作品，窗外花、树的细节都得到了保留，画面弥漫着沉静凝重的感觉。



对着模特脸部最暗的部分测光，得到曝光组合，然后切换为手动，拍摄下这张照片，虽然窗外的细节全部失去，但画面呈现出了洁净大气的效果，主体氛围营造成功。

决战正午阳光——反光板、柔光板的使用

正如前文所述，反光板是由多种不同功能的板子组成，很多时候，一块板子并不能满足我们拍摄的需求，灵活组合才能达到我们想要的拍摄效果，是很具有技术含量的。需要长期的摸索和实践，从而达到对不同场景的光线随心所欲的把控。

Shot in Noon

顶光拍摄，模特的脸部有强烈的光斑。

用柔光板遮挡住照射模特面孔的强烈光线。

1. 去掉光斑

来到室外拍摄，现在是正午时分，模特面部呈现出了顶光特有的光斑。如何消除这些光斑，拍出柔美的效果呢？接下来，柔光板将发挥其重要的作用。

使用柔光板后的效果。

2. 反光板增加眼神光

左侧的反光板使模特脸上的光更加充分，同时产生了漂亮的眼神光。

没有反光板

使用反光板增加眼神光

3. 柔光板与反光板组合使用

Step1 强烈的顶光，光比巨大。

Step2 在模特的头顶用柔光板遮挡住直射的太阳光，光比缩小，面部光影柔美起来。

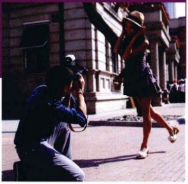
Step3 在模特下方增加银色反光板，提升了脸部的光照效果，同时眼睛里由于对反光板的反射，出现了漂亮的眼神光。

压暗天空的秘笈，两难情况轻松搞定

逆光时，模特和天空都得到理想的曝光，是很多摄影师希望得到的效果。这时候需要合理利用外置闪光灯的功能。

对着天空的亮部测光拍摄，这时天空还原了正常的蓝色，但模特的面孔严重欠曝。

对着模特的面孔进行测光拍摄，模特面孔获得充分的曝光，但后面的天空完全过曝，丧失了所有细节。



合理利用外置闪光灯，获得了理想的曝光组合。

拍摄方法：

Step1 将相机设置为习惯的拍摄模式，笔者为光圈优先。

Step2 得到曝光组合为：光圈 4.2，快门 1/1250 秒。考虑到闪光灯的快门同步速度，一般外置闪光灯的同步速度为 1/250 秒，如果高于这个速度，会出现画面幕帘不全开的状况。因此，换算后得到以下曝光组合：光圈 14，快门 1/140 秒。这是确保天空正常曝光的组合。

Step3 将闪光灯设置为 TTL 模式，拍摄得到上图的照片。

Step4 此时，根据拍摄结果，缩小一挡光圈，或者提升一级快门速度，可以让天空压暗效果更加明显。

广角畸变的控制，修长腿型进行时

Wide-angle Lens

广角镜头在拍摄过程中，能产生巨大的视觉冲击力，在一套片子中，可以酌情拍摄几张。下面两张照片采用了17-40L广角镜头的17端进行拍摄。要记住，广角镜头的中心位置是成像质量最好，同时变形最小的部分，如果不是特殊效果，一定要记得将模特的面部靠近这个位置构图，否则广角镜头的四边会极其夸张的拉伸模特的面孔。但这个特性可以用来将模特的腿部拉得很修长。要妥善应用。

由于模特脸部放置在了画面边缘，广角边缘的变形特性使得脸部走形较大。也有些片子利用这个特性制造视觉冲击力。但一般拍摄唯美片的效果时最好避免一下。

模特的头部接近画面中心位置，较好的控制了变形，同时由于腿部有意放置在了画面的边缘，依托广角的变形效果，腿被拉得非常修长。

暖莎美女教你摆 POSE

作为顶级模特，暖莎亲自示范几个 POSE 的关键要领。

Posture

1. 歪头与不歪头

很多缺乏经验的被拍摄者，习惯左图这样立直了头拍摄，这样比较呆板。歪一下头，情绪会就生动起来，使画面添加了自然的生气。

2. 正确的枕姿

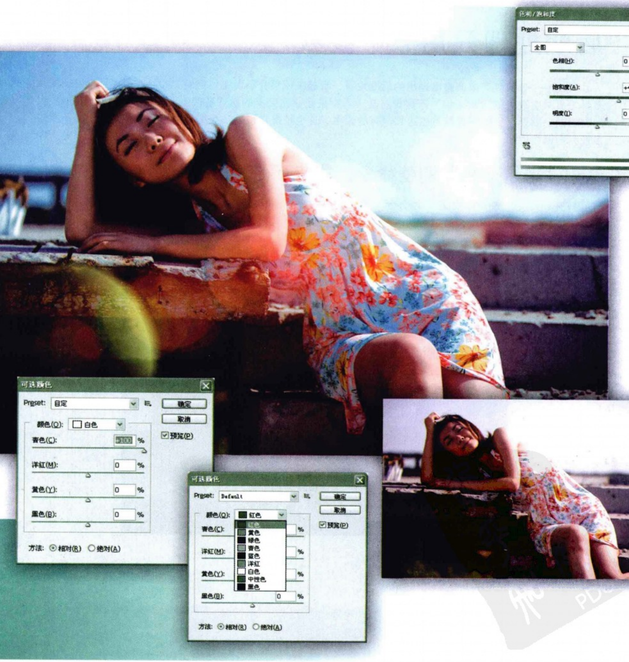
枕着胳膊的姿势是常用的，这里对手臂的摆放要求其实是比较高的。上图的模特的左臂太直，显得很短，视觉上不舒服，右手搭在左臂上，手指被遮挡，让人有不完整的感受。下图胳膊弯曲，同时右手的手指完全露出，更符合人们的视觉经验。

▲ 一般人的正脸拍摄都会显得比较宽，当然暖莎类的绝对美女不会如此。这个时侯不妨尝试2/3脸的拍摄角度，会很有效的得到瘦脸的效果。

▶▶ 托腮是一个比较常用的POSE，这里的诀窍在于托腮手掌的力量，如果象左图一样，按照习惯的方式很实在托在脸上，会造成脸颊部分挤压膨胀。正确的方法是将手指轻轻虚搭在脸颊上并不用力。

搭腿的秘笈就是一定不要实实在在的搭实。这样会感觉很笨重，同时对腿部肌肉形成挤压。为了完美的腿形，搭在上边的腿不能将重量全放在膝盖上，轻轻的悬空虚搭一点的效果最好。

07
后期处理
简单的开始，小参数大文章



一幅好的人像作品，必然离不开好的后期处理。后期处理的风格与效果层出不穷，但很多是针对特定的图片才产生好的效果，因为每一幅作品拍摄时的光线、色彩不同，这就决定了后期的思路与方法。

所以常常看到好的效果而无法在自己的作品中模仿出来。同时，往往由于后期效果的处理步骤复杂，一个小的差异就让效果谬之千里，一个后期处理往往需要十几步的操作，涉及多个参数指令，让初学者如坠迷阵。

其实，好的后期往往是很简单的步骤，动用的参数也是非常有限，每一个后期操作都很可能是画质损失的过程，我们所要做的，是尽量用最少的步骤达到我们想要的效果。

本章开始，就从最简单的指令开始，学习用最简洁的效果调整出满意的后期效果。

后期处理只用一个参数

只用一个参数就可以调整出理想的后期效果，听起来似乎并不现实，但确实如此。很多朋友在研究用多种工具来实现好的效果，但并不理想。其实后期是建立在完美的前期基础上的，当一张照片前期完善，那么后期只需要简单的步骤就可以达到很好的效果。这也就是常说的，要把精力更多放在前期上，不要过多或完全依靠后期。

认识“可选颜色”调整命令，营造万种变化的强悍工具

打开 IMG_9526.jpg，如图 7-1 所示。这是一张拍摄于酒吧的原片，窗外的自然光营造了宁静闲适的氛围。在接下来的操作中，通过可选颜色的一个参数调整，让照片呈现出一种蓝青影调，这是很多人像作品常用的影调。

图7-1

在菜单栏中选择“图像—调整—可选颜色”选项，弹出“可选颜色”对话框，如图 7-2 所示。

“可选颜色”是 Photoshop 中关于色彩调整的命令。该命令可以对图像中限定颜色区域中的各像素进行调整，而不影响其他颜色的表现，是人像后期调整的一个重要手段。点击“颜色”右侧的下拉按钮，可以看到包括了 RGB 三色、CMYK 四色、白、中性色灰，共 9 种颜色，如图 7-3 所示。

图7-2

图7-3

只调整一个参数，大道至简至易

01 点击“颜色”右侧的下拉按钮，在下拉列表中选择“黑色”选项，如图 7-4 所示。

02 将黄色参数调整为“-15%”，如图 7-5 所示

图7-4

图7-5

调整效果如图 7-6 所示。照片的暗部（黑色范围）呈现出淡雅的青蓝色调，使整个画面弥漫出怀旧、宁静的情绪，同时由于黑色占据了画面的大部分，使画面的整体影调得到统一。

图7-6

NOTE □ *小贴士：在“可选颜色”的调整中，灰、白、黑往往是容易被忽略的颜色，但很多情况下，对这几个颜色的调整，会得到意想不到的效果。*

让存在的颜色显现出来

数码相机只是忠实的拍摄画面，并尽量多的记录镜头信息，但它并不知道哪些是需要，哪些是不需要的。这就需要在后期处理过程中，按照自己需求进行甄别，强化需要的，让隐藏的显现出来。

同样是调整一个参数，你从未想到的功效

打开 IMG_1006.jpg，如图 7-7 所示。这是一张拍摄于废弃别墅群的片子，正午的阳光让画面有充分的光照，但同时背景天空留下了大面积的白色。画面中大面积的白色会优先吸引观众的注意，但这一部分没有实质的内容，会让观赏者产生枯燥的感受。利用“可选颜色”将白色天空包含的信息渲染出来。

01 在菜单栏中选择“图像”—“调整”—“可选颜色”选项，在“颜色”右侧的下拉列表中选择“白色”选项，将“青色”参数调整为 +100%，点击“确定”按钮，如图 7-8 所示。

02 再次选择“图像”—“调整”—“可选颜色”选项，在“颜色”右侧的下拉列表中，选择“白色”选项，将青色参数调整为“+45%”，点击“确定”按钮，如图 7-9 所示。

图7-7

图7-8

图7-9

最终效果如图 7-10 所示。可以看到，通过增加画面中白色部分中的青色，背景上原先大部分白色的天空呈现出柔美的青色，模特裙子白色的部分也显现出青色的影调。画面色彩饱满，情境得到了充分的烘托。

图7-10

NOTE □ *小贴士：画面中白色的部分往往包含着丰富的色彩信息，虽然被相机采集下来，但是没有在画面中呈现出来。可以通过后期的处理，让这部分信息呈现出来，服务于作品主题。*

改变季节的力量，如此强大，如此简单

如图 7-11 所示，片子拍摄于 9 月，可以尝试让画面呈现出金秋的色彩，让画面的色彩更加感染观众。以往类似的效果基本是利用合成模式等相对复杂，而且不可控的方法实现。其实借用功能强大的“可选颜色”，可以很简单的获得改变季节的力量。

在菜单栏中选择“图像”—“调整”—“可选颜色”选项，点击“颜色”右侧的下拉按钮，在下拉列表中选择“黄色”选项，调整参数如图 7-12 所示。

图7-11

图7-12

调整后效果如图 7-13 所示，画面绿色的苇丛变成了金黄的色彩，秋意笼罩画面。只是简单的对可选颜色中的黄色进行调整，就达到了很好的视觉效果。

图7-13

NOTE 小贴士：在改变画面中绿色影调的过程中，黄色的影响效果要远远大于绿色本身的影响。

让画面色彩浓郁起来，打开绚丽之门的小芝麻

饱和度，吸引眼球之匙。人的眼睛总是优先被饱和度高的影像所吸引，并引起继续观看的兴趣，正确的提升图像的饱和度，可以提升作品的视觉效果。接下来，通过范例分析如何获得合理且鲜艳的色彩饱和度。

整体饱和度与分色饱和度，如何正确地选择

打开 IMG_7192.jpg，如图 7-14 所示。这是在一个沙尘天里跑到花窖拍摄的片子，模特的面部表情与滴答的水滴营造出一种宁静超然的感觉。但片子的色彩还略平淡，正好用这张片子来做提升饱和度的试验，看如何让它更打动人心。

01 在菜单栏中选择“图像”—“调整”—“色相 / 饱和度”选项，或者直接按下 Ctrl+U 组合键，弹出“色相 / 饱和度”对话框，将“饱和度”调整为“+45”，可以看到整体画面的饱和度得到了增强，但由于各画面颜色同时增加饱和度，造成了模特皮肤红色饱和过度，如图 7-15 所示。

图7-14

图7-15

02 将“饱和度”设置为“0”，在下拉列表中点击“全图”选项，分别选色，对单独颜色进行调整。分别调整红色、黄色饱和度如图 7-16 所示。可以看到，人物的肤色红润了，但饱和度没有溢出，背景的植物色彩也更加浓郁，画面色彩更加动人。

图7-16

NOTE □ *小贴士：根据画面的色彩元素，进行分别调整。*

自然饱和度的新型武器Vibrance，做色彩的主人

重新打开 IMG_7192.jpg，在菜单栏中选择“图像”—“调整”—Vibrance 选项，弹出 Vibrance 对话框。调整 Vibrance 参数为“+100”，效果如图 7-17 所示。可以看到，尽管没有刻意指定增加饱和度的颜色，但整体画面在饱和度提升的同时，模特的面部也是适度红润，并没有过度饱和。

图7-17

这里可以把 Vibrance 理解为智能饱和度，可以自动对画面中饱和度不足的部分加以提升，已经饱和的就不再增加。所以，通过 Vibrance 可以很方便的提升作品的饱和度。

与可选颜色配合，你也能做到蓝宝石般的天空

打开 IMG_0836.jpg，如图 7-18 所示。这是拍摄于海边的作品，时值夏季，光线非常充沛，但天空的饱和度还不够鲜艳。与可选颜色参数配合，将天空调整得更加蔚蓝迷人。

01 在菜单栏中选择“图像”—“调整”—Vibrance 选项，弹出 Vibrance 对话框。调整 Vibrance 为“85”，效果如图 7-19 所示。

图7-18

图7-19

02 蓝色得到了加强，但还不够醒目，通过可选颜色进行进一步调整。在菜单栏中选择“图像”—“调整”—“可选颜色”选项。调整蓝色、青色相关参数如图 7-20 和图 7-21 所示。

图7-20

图7-21

最终效果如图 7-22 所示，天空出现了宝石般醉人的蓝色。

图7-22

作品实战——漫·清秋，传说中的日系浓郁风格

打开 IMG_2420.jpg，如图 7-23 所示。这是一张拍摄于临近黄昏的片子，宁静的意境。通过前面掌握的饱和度与可选颜色两个工具，让这张片子的色彩意境更好的表达出来。

01 在菜单栏中选择“图像”—“调整”—Vibrance 选项，弹出 Vibrance 对话框。调整 Vibrance 选项为“100”，效果如图 7-24 所示，画面色彩更加浓郁华美。

图7-23

图7-24

02 在菜单栏中选择“图像”—“调整”—“可选颜色”选项，调整白色参数如图 7-25 所示。可以看到，天空原先空白的地方呈现出自然的青色，画面更加饱满，过度更加唯美舒适。

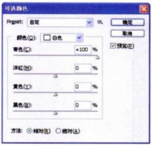


图7-25

调整前

调整后

03 继续调整“可选颜色”对话框中的“黄色”选项，设置青色为“-65%”，黑色为“+25”，最终效果如图 7-26 所示。

图7-26

调整青色参数使画面中的绿色转换为金黄色的效果，更烘托了作品温暖的氛围，但调整后，黄色部分有些发飘儿，所以在“黑色”参数中增加了25%，使画面色彩更加沉稳了一些。

04 继续调整“可选颜色”对话框中的“黑色”选项，参数及最终效果如图7-27所示。

图7-27

全屏显示可以看到，通过对黑色的调整，画面中黑色的部分出现了淡淡的褐色影调，增加了画面梦幻怀旧的情绪味道。

05 由于前期的调整，模特面部的红色饱和度显得略高，继续调整“可选颜色”对话框中的“红色”参数，参数及最终效果如图7-28所示。

图7-28

可以看到，模特面部的红色更加自然，在其他人像作品里，通过降低可选颜色“红”中黑色的比例，都可以提升人物面部色彩的通透度，但要适度，否则就会显得苍白。

06 增加光斑，完成作品如图 7-29 所示。

图7-29

08
提升照片效果的三大利器
色阶、锐化、曲线

一张好作品的基本要素包括准确的曝光、适当的锐度、个性而舒适的色彩。这涉及 Photoshop 中色阶、锐化、曲线，三大关键调节手段及参数的应用。本章通过实例，引导读者熟悉并把握这三种调节手段的基础原理及调节方式。

色阶——后期处理基础，最简单而又最被忽略的调节手段

一张好的摄影作品，首先要做到曝光准确。这样会给后期的各个环节处理打下好的基础，摄影作品的曝光在 Photoshop 中是通过色阶（直方图）体现的。所以，在处理照片之前，要养成先调整好色阶的习惯。

最明白地告诉你，什么是色阶

01 打开 IMG_0041.jpg 文件，如图 8-1 所示。

02 在菜单栏中选择“图像”—“调整”—“色阶”选项，或者按下 Ctrl+L 组合键，调出“色阶”对话框，如图 8-2 所示。

图8-1

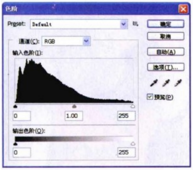


图8-2

可以看到，在界面中间是一个如同黑色山峰的图形，这就是色阶的表现形式“直方图”。在这座黑色山峰的左端是一个黑色的三角，右端是一个白色的三角，中间是一个灰色的三角。这分别表示了整张图片中最暗的部分，最亮的部分以及中间灰的位置。

通过观察图片发现，照片中暗的树影以及模特身上黑色衣服，也就是暗的部分占据了画面的大部分。而模特的脸部、胳膊以及画面左下的砖墙，这些明亮的部分，占据了画面很小的部分。

所以在暗部（黑色三角）到中灰（灰色三角）部分有很高的峰值，而中灰（灰色三角）到亮部（白色三角）只有很低的峰值，说明这一部分像素只占到了画面的很小一部分。

NOTE *小贴士：色阶是表示图像亮度强弱的指数标准，色阶指亮度，和颜色无关。*

色阶的基础调整，关键处无非几种

用鼠标点击直方图左端的黑色三角，向右侧移动，观察图片发生的变化。黑色三角（全图最暗值）向右侧移动，中间灰的三角也自动同步向右移动，导致原本属于画面中灰到亮部的像素，也被强制划归到最暗至中灰范围。

所以导致画面大部分明亮部分被压暗，同时出现大块面积的死黑（层次细节全部丢失的黑色）区域，效果如图 8-3 所示。

图8-3

用鼠标点击直方图右端的白色三角，向左侧移动，观察图片发生的变化。白色三角（全图最亮值）向左侧移动，中间灰的三角也自动同步向左移动，导致原本属于画面中灰到暗部的像素，被强制划归到最亮至中灰范围。

所以导致画面大部分暗的部分被提亮，同时模特面部出现了过曝（亮部层次细节全部丢失）区域，效果如图 8-4 所示。

图8-4

用鼠标点击直方图中间的灰色三角，分别向左侧和右侧移动，可以看出，左右移动灰色三角，会对图像整体明暗发生影响，但由于左右最暗、最亮部分的三角没有发生位移，也就是原图最暗、最亮的定位值没有发生变化，所以没有出现死黑和过曝现象，如图 8-5 和图 8-6 所示。

NOTE

小贴士：通过观察直方图，对色阶进行调整，可以很方便地调整图片的明暗比例关系。这对烘托作品氛围，改变作品影调非常方便。同时，中间灰色三角的调整比左右的黑、白三角的调整具有更大的操作余地。

图8-5

图8-6

利用色阶调整影像色彩，对！这样也行

继续保持 IMG_0041.jpg 打开状态，按下 Ctrl+L 组合键，弹出“色阶”对话框，点击“通道”右侧的下拉列表，出现红、绿、蓝列表，如图 8-7 所示。

通过红、绿、蓝三个通道的选择，可以很方便的对三个原色中的任意一个的亮度分布进行后期调整。在列表中选择蓝色通道，如图 8-8 所示。

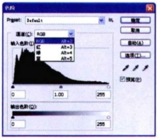


图8-7

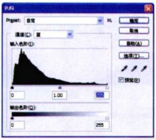


图8-8

将蓝色直方图中间的灰色三角向左侧移动，图像出现了清雅的蓝调效果，如图 8-9 所示。

将蓝色直方图中间的灰色三角向右侧移动，图像呈现出浓郁的黄绿色调，如图 8-10 所示。

NOTE

小贴士：根据图像中所要表达的情绪和影调，灵活地使用不同通道进行色阶调整，可以获得很多的理想效果。

图8-9

图8-10

修正错误的色阶，你的色阶是正确的吗

仔细观察 IMG_0041.jpg 的直方图，如图 8-11 所示。这是一张曝光准确的直方图，图形是一条布满从黑色三角到白色三角区域平滑的不间断的曲线。

错误色阶实例（一）

了解正确曝光照片的直方图标准后，接下来学习如何纠正直方图不正确的照片，从而为进一步的后期处理打好基础。打开 IMG_0082.jpg 文件，如图 8-12 所示。

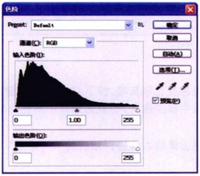


图8-11

图8-12

照片第一印象是灰蒙蒙的，画面中没有足够暗的像素。按下 Ctrl+L 组合键，弹出“色阶”对话框，可以看到直方图，由于左侧的黑色三角到中间灰色三角，有接近一半的区域是没有像素分布的，所以照片中没有最暗的部分，就造成了灰蒙蒙的视觉感受，如图 8–13 所示。

用鼠标选中直方图左侧的黑色三角，将它拖动到直方图山峰的左峰脚，然后按下“确定”按钮，如图 8–14 所示。调整后照片效果如图 8–15 所示。

再次按下 Ctrl+L 组合键，弹出“色阶”对话框的直方图，因为重新定义黑三角（场景最黑部分）到有像素的部分，直方图上的像素布满了整个黑、灰、白区域，照片明暗关系恢复到正常，如图 8–16 所示。

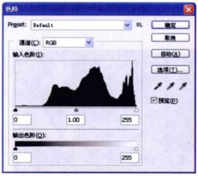


图8–13

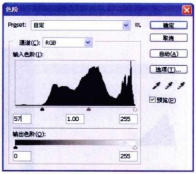


图8–14

图8–15

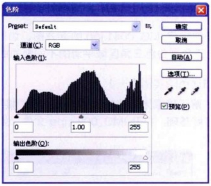


图8–16

错误色阶实例（二）

打开 IMG_0047.jpg 文件，如图 8–17 所示。照片的视觉感受比较灰暗，按下 Ctrl+L 组合键，弹出“色阶”对话框，可以看到，直方图中白色三角到中灰色三角区域中缺少像素，也就是照片中明亮的部分不足，如图 8–18 所示。

用鼠标选中直方图右侧的白色三角，将它拖动到直方图山峰的右峰脚，然后按下“确定”按钮，如图 8–19 所示。

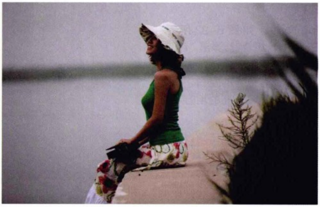


图8-17

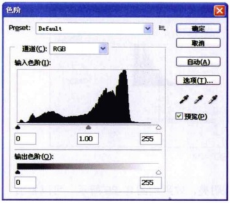


图8-18

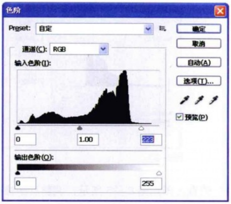


图8-19

调整后的直方图如图 8-20 所示。调整后效果如图 8-21 所示。

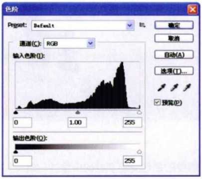


图8-20

图8-21

错误色阶实例（三）

打开 IMG_0058.jpg 文件，如图 8-22 所示。画面整体比较沉闷，按下 Ctrl+L 组合键，弹出“色阶”对话框，可以看到，直方图中黑色三角以及白色三角到中间灰色三角的区域内都有像素的空白，也就造成了整张照片中暗的地方不够暗，亮的地方不够亮，整体发闷的感觉，如图 8-23 所示。

用鼠标分别选中直方图左侧的黑色三角以及右侧的白色三角，将它们拖动到直方图的左右峰脚下。同时，将中间的灰色三角形向左侧略微拖动，将一部分暗部像素纳入到亮部来，从而提高整体画面的明亮程度，如图 8-24 所示。

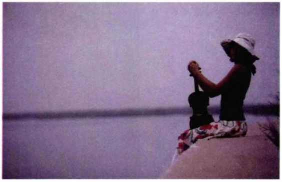


图8-22

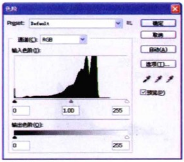


图8-23

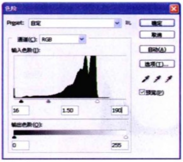


图8-24

调整后的直方图如图 8-25 所示，调整后图像通透明亮，效果如图 8-26 所示。可以看出，由于图像大部分被明亮的天空占据，所以绝大多数的像素占据在中灰色三角到白色三角的区域，但黑色到中灰色区域依然分布少量的像素，而不是没有，所以照片整体明暗关系合理。

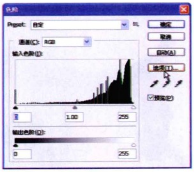


图8-25

图8-26

NOTE

小结：色阶不仅可以作为后期色彩影调调整的工具，更重要的是它决定了数码影像的明暗关系。一张明暗关系合理的图片会给后期进一步处理提供很大的方便和自由度。所以，要养成调整照片的最初就校验色阶的习惯。

锐化——让细节更清晰

人的视线总是被更锐利、更清晰的对象所吸引，所以一张影像的后期锐化是必不可少的步骤。下面的一节中，将介绍 Photoshop 自带的锐化滤镜，及外挂滤镜的锐化方法。

Photoshop自带锐化滤镜USM

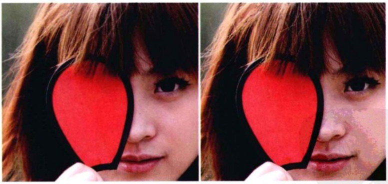
打开 IMG_0973.jpg 文件，如图 8-27 所示。

在菜单栏中选择“滤镜”—“锐化”—“USM 锐化”选项，弹出“USM 锐化”对话框，设置参数如图 8-28 所示。

图8-27

图8-28

点击“确定”按钮应用锐化，会看到锐化后的理想效果，如图 8-29 所示。



锐化前　　锐化后

图8-29

按下 Ctrl+Z 组合键，取消锐化效果，再次选择“滤镜”—“锐化”—“USM 锐化”选项，弹出“USM 锐化”对话框，分析相关参数：

数　量

这个参数控制画面的整体锐化程度，数值越大，锐化程度越高。尝试将数值调整到最大 500%，可以看到图像出现极度锐化的效果，细节已经有了噪点和高光溢出。也就是常说的“锐过了”，如图 8-30 所示。

半　径

锐化是通过提高边缘的对比度实现的，半径决定了边缘周围将被修改的像素数。将数量恢复到 150%，将半径调整为 5 像素，可以看到锐化边缘的范围被增宽，如图 8-31 所示。

图8-30

图8-31

阈　值

阈值控制锐化如何确定边缘。如果阈值被设置为 0，则任何位置都被视为潜在的边缘，因此每个像素都被锐化；如果阈值被设置为 10，则只有相邻像素的差异超过 10 时，才进行锐化。恢复半径为 0.5 像素，将阈值调整到 255，会发现，锐化效果完全消失了，如图 8-32 所示。

图8-32

NOTE

小贴士：USM锐化是Photoshop中用得最多的一种锐化滤镜，提供了数量、半径和阈值三个调节参数。在USM锐化参数中，数量和半径的增加都会增加锐化的程度，而阈值是恰恰相反的。

在人像作品的锐化中，尽量要使用小的半径，以保持画质的精细，一般小的图片半径设置为 0.1–0.5 像素，全尺寸大图设定为 1 像素。然后通过“数量”来确定锐化程度。不要追求一次锐化到位，可以通过小数值，多次锐化来实现精细锐化。

Photoshop外挂锐化滤镜Topaz Vivacity

打开 IMG_0544.jpg 文件，如图 8–33 所示。

在菜单栏中选择“滤镜”—Topaz Vivacity—Topaz Sharpen 选项（滤镜的安装方法参见“第 14 章 扩展滤镜安装及使用”），弹出 Topaz Sharpen 对话框，如图 8–34 所示。

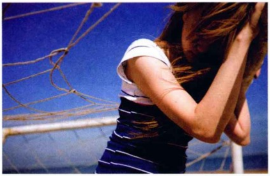


图8–33

图8–34

在 Main 选项卡中调整参数如图 8–35 所示。

在 Advanced 选项卡中调整参数如图 8–36 所示。

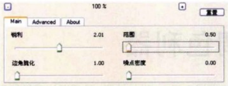


图8–35

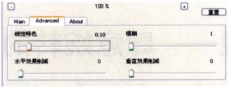


图8–36

通过顶部的预览窗口，可以看到，画面被均匀的锐化，效果如图 8–37 所示。同时模特的发丝等部分，出现了很奇特的线性效果。这就是 Topaz 锐化的独有特点。

原图

锐化后

图8–37

尝试将线性特色数值增加到 0.2，会发现线性特征更加明显，出现了类似插画效果的线条，如图 8-38 所示。点击“确定”按钮，最终效果如图 8-39 所示。

图8-38

图8-39

可以看到，Topaz 很精确细腻的锐化了图片，而且细节处理的非常好，但同时在模特皮肤上出现了一些小的痕迹，可以后期配合图层略微恢复一下，但整体影响不是很大。

Topaz 是一个很优秀的磨皮、锐化插件，这里只是展示了它的锐化功能，它的线性特征可以用来制造特殊的艺术效果。

通过操作，不难体会到，其实 Topaz 锐化的关键参数就是两个——锐利与线性特色，其他的数值关闭到最小就可以了。

曲线——肆意婉转的调色利器

曲线是调整照片时，最常用的工具之一，它直观简便，发挥空间大，可控性强，是后期处理最常用的工具。下面通过范例的操作，来认识把握曲线的调整方法。

了解曲线，远比你想象的强大

打开文件 IMG_2325.jpg，如图 8-40 所示。

在菜单栏中选择“图像”—“调整”—“曲线”选项，或者按下 Ctrl+M 组合键，弹出“曲线”对话框，如图 8-41 所示。

关于曲线的分析可以写一本专著，但曲线的本质却很少有人能简单的说清楚。本书以实用、可操作性为主。所以直接去了解曲线的本质原理，成为后期调整的真正利器。

左侧的输出色阶，将它看做是调整后的效果，下侧的输入色阶，将它看做是调整前的效果。中间的斜线表明了画面各元素从暗部到亮部的分布位置。

图8-40

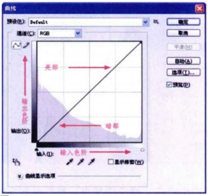
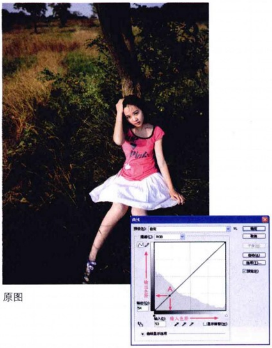
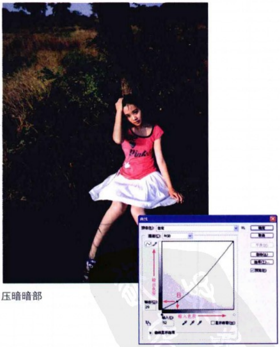


图8-41

按下 Ctrl+M 组合键，弹出“曲线”对话框，用鼠标点击曲线的左下部，建立一个调整点。拖动这个调整点向下拉。观察照片，会发现画面中的暗部被加深了，如图 8-42 所示。



原图



压暗暗部

图8-42

通过控制点 A 到 B 的调整，可以看到在输入色阶上，该点的坐标位置并没有发生变化，但在输出色阶上，该点的位置坐标已经被压到了更暗部。所以处于该点图片暗部像素被压暗。曲线上部的亮部并未受到大的影响，基本没发生变化，画面影调凝重了起来。

在曲线的最右上端点击，建立调整点，将其向下拖动。同理，看到图片中亮部区域被压暗，如图 8–43 所示。

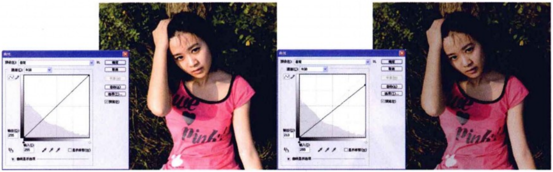


图8–43

在曲线的中央点击，建立调整点，然后分别在暗部、亮部增加调节点进行提亮和压暗操作。由于亮部被提亮，暗部被压暗，整幅作品对比度增强，更加醒目，如图 8–44 所示。

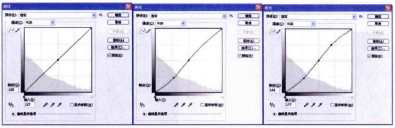


图8–44

NOTE 小贴士：首先加入中间的调整点，是为保证调整明暗部的时候，曲线中心不发生漂移。如果想去掉不理想的调整点也很简单，只需选中调整点，拖到调整框外面就可以了。

曲线调色，是你从未想到的自由度

了解曲线调整片子明暗的操作后，开始进一步了解曲线对照片色彩调整的卓越能力。重新打开文件 IMG_2325.jpg，按下 Ctrl+M 组合键，弹出“曲线”对话框，在“通道”的下拉列表中，选择“蓝”通道，如图 8-45 所示。

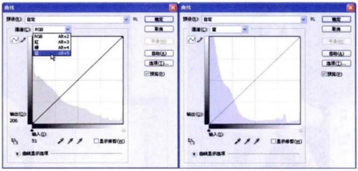


图8-45

这里可以通过对三个通道的分别调整，获得意想不到的色彩效果，点击“蓝”曲线的中心，建立调整点，然后下拉，由于蓝色与黄色的补色关系，蓝色下降后，画面呈现出浓郁的黄色，效果如图 8-46 所示

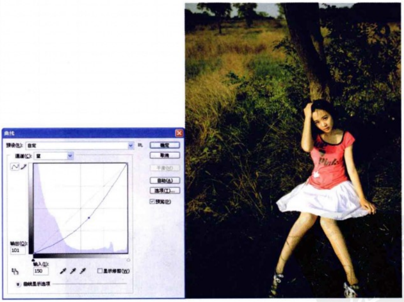


图8-46

实际上，就后期而言，没有标准答案。尽可能尝试所有的曲线模式，来寻找自己想要的效果。下面列出几种调节“蓝”曲线形态的效果，以供开拓思路，如图 8-47、图 8-48、图 8-49 所示。

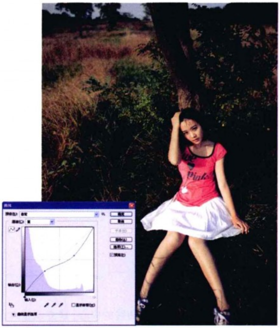


图8-47

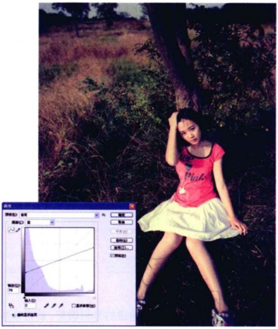


图8-48

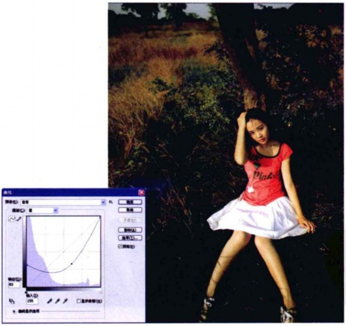


图8-49

NOTE □ 小贴士：尝试其他的色彩曲线，彼此组合，会得到若干截然不同的后期效果。

09
人像后期的必修功课

磨皮技法

磨皮（皮肤的光滑处理）是唯美人像处理的重要功课。磨皮的方法有很多，譬如通道法、LAB 法，特殊模糊法。但有很多磨皮方法的通用性不强，适用于一张照片，但未必适用于其他照片。所以，本章介绍最通用，同时最简单快捷的磨皮方法。

手工磨皮，最有效、最可控的磨皮宝典

打开 IMG_0637.jpg 文件，如图 9–1 所示。这是拍摄于林荫下的一张作品，前景的树叶巧妙的分割了画面，产生了斑驳的前景。这里以此照片为例，逐步介绍磨皮的处理流程。

01 点击左侧工具栏上的“放大镜工具”，按住左键在模特面部拖动，放大局部，如图 9–2 所示。

图9–1

图9–2

02 点击左侧工具栏中的“补丁工具”，在人物脸部的小瑕疵上画出一个圆圈，然后向皮肤完好的部分拖动，松开鼠标，在空白处点击一下，这个瑕疵被很好的去除掉了，如图 9–3 所示。

图9–3

03 点击左侧工具栏上“补丁工具”右下角的小三角，弹出复选工具如图 9–4 所示，选择其中的“污点修复画笔工具”。

04 点击顶部的工具设置栏中“画笔”右侧的小三角，设置选项如图 9–5 所示。

05 放大模特的面部，用调整好的笔触仔细点击面部的小斑点，然后释放鼠标，去除瑕疵。处理过程中，随时根据情况调整笔刷大小，如图 9–6 所示。

NOTE 小贴士：随机调整笔刷大小的快捷方式是键盘的“[”和“]”键。

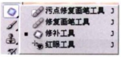


图9-4

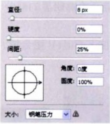


图9-5

图9-6

06 使用和工具，继续去除脸部明显的瑕疵，直到满意为止，如图 9-7 所示。

07 点击左侧工具栏中的“套索工具”，在顶部的工具设置栏中设定羽化值为“6px”，如图 9-8 所示。

图9-7

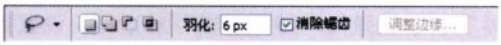


图9-8

08 按下 Ctrl 键，使用“套索工具”，在模特面部仔细地圈取皮肤，注意避开嘴唇、鼻子等轮廓鲜明的部分，如图 9-9 所示。

09 按下工具设置栏中的“添加到已有选取按钮”，如图 9-10 所示。

图9-9

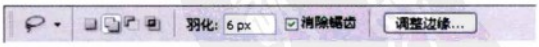


图9-10

NOTE 小贴士：这意味着继续选取的部分将加入到刚才选取的区域中。此时的套索图标变成带加号的状态。

10 继续在模特颈部选取皮肤，依然注意避开轮廓明显的部分。直至选择完毕需要的部分，如图 9-11 所示。

11 按下 Ctrl+C 组合键，复制选取，然后按下 Ctrl+V 组合键，粘贴选取，选中的皮肤区域被自动粘贴为一个新的图层，如图 9-12 所示。

图9-11

图9-12

12 在确认“图层 1”，即皮肤选区层为选中状态的情况下，在菜单栏中选择“滤镜”—“模糊”—“特殊模糊”选项，弹出“特殊模糊”对话框，设置如图 9-13 所示，点击“确定”按钮应用滤镜。

经过特殊模糊处理后的皮肤显得光滑细腻，如图 9-14 所示。但仔细观察处理后的皮肤，虽然光滑细腻，但皮肤的毛孔细节全部被处理干净了，这就是人像后期磨皮处理中常常被人诟病的“塑料脸”。下面通过简单的步骤，找回部分细节，让皮肤更加自然。

图9-13

图9-14

13 在图层面板中，将“图层 1”的透明度 Opacity 调整为“35%”，如图 9-15 所示。

14 由于透明度的降低，背景图层的皮肤细节部分显示出来了，在光滑的皮肤效果中保留了细节。按下 Ctrl+E 组合键，合并图层，完成磨皮程序，效果如图 9-16 所示。

图9-15

图9-16

利用外带插件磨皮，与堪称经典的NeatImage亲密接触

打开 IMG_6205.jpg 文件，如图 9-17 所示。

01 点击左侧工具栏中的“补丁工具”，结合“污点修复画笔工具”，去除人物面部的明显瑕疵，处理后的图片如图 9-18 所示。

图9-17

图9-18

02 在图层面板中，拖动背景图层到底部的“新建图层”图标上，复制一个新层，如图 9-19 所示。

图9-19

03 确认“背景 副本”图层为选中状态，在菜单栏中选择“滤镜”—Neat Image-Reduce Noise 选项，出现界面如图 9-20 所示。

NOTE 小贴士：Neat Image是一款功能强大的专业图片降噪软件（该插件具体安装方法参见“第14章扩展滤镜安装与使用”），非常适合处理曝光不足而产生大量噪点的数码照片，但同时对皮肤的光滑处理也有非常好的效果，所以被广泛用于人像后期皮肤处理。

04 用鼠标在模特面部拖出一个正方形的取样框，这个区域将是 Neat Image 软件对画面粗糙噪点情况进行自动分析，并进行后部处理的取样区域，所以要选择需要处理的典型区域，如图 9-21 所示。

图9-20

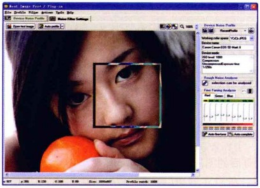


图9-21

05 点击Neat Image操作界面左上角的 Auto profile 按钮，Neat Image 将对采样区域的数据进行自动运算，分析出具体的降噪磨平数据。

06 点击 Neat Image 操作界面左上角的 Noise Filter Settings 选项卡，按下 Preview 预览按钮，这时画面上出现处理效果预览框，预览框里出现的是处理后的效果，可以拖动这个预览框，观看各个部分的处理效果，如图 9-22 所示。

07 自动运算的效果基本满意，适度手动调整一点参数，使效果更加理想。调整右侧 luminance channel（亮度通道）参数，如图 9-23 所示。

图9-22

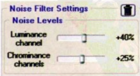


图9-23

08 根据自己的感觉调整相关参数，确认满意后，按下 Apply 键，实施应用。自动返回 Photoshop 界面，效果如图 9-24 所示。可以看出，皮肤经过处理后，细腻光滑比较满意，但头发、眉毛、嘴唇、橙子等部分的细节也同时被消除了不少，下一步将恢复这部分的细节。

图9-24

09 选择左侧工具栏中的“橡皮擦工具”，在顶部设置参数如图 9-25 所示。

10 使用“橡皮擦工具”在“背景 副本”图层上小心地擦掉头发、眉毛、嘴唇、橙子等部分的像素，使背景图层的细节恢复回来，如图 9-26 所示。

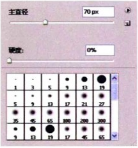


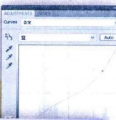
图9-25

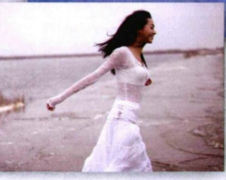
图9-26

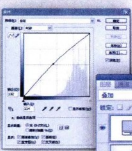
11 满意后，按下 Ctrl+E 组合键，合并图层，最终效果如图 9-27 所示。

图9-27

10
独具特色的人像后期处理风格







很多时候，场景的色彩、影调都非常复杂，这个时候为了使画面达到整体的协调统一，要使用一些后期手法，将整体影调统一。

巧用图层合成模式

Photoshop 最早提供了图层的功能，在其他数码处理软件中被广泛采用。图层的不同合成模式及巧妙的利用，可以创作出各种不同的新奇效果。

叠加模式——改变色调，蓝色高调的魅力

打开 IMG_7956.jpg，如图 10-1 所示。这是一张拍摄于湿地的照片，模特轻松的表情，洁白的衣服营造了舒适欢快的情境。但整体色调略简单，这里通过图层的叠加模式，给它增加淡蓝色的影调。

01 点击图层面板下的“新建调整图层”图标，选择“纯色”选项，在弹出的“拾取实色”对话框中，设置“R：117；G：162；B：254”，如图 10-2 所示，然后点击“确定”按钮。

图10-1

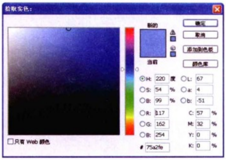


图10-2

02 在“图层”选项卡的“图层合成模式”下拉列表中选择“叠加”选项，效果如图 10-3 所示。

图10-3

03 点击左侧工具栏里的“画笔工具”，选择前景色为黑色，选中蒙版图层，在蒙版上细心地涂抹模特面部、头发、手部，去掉叠加的蓝色效果，如图 10-4 所示。

图10-4

04 按下 Ctrl+E 组合键，合并图层。在菜单栏中选择“图像”—“调整”—“曲线”选项，或者按下 Ctrl+M 组合键，弹出“曲线”对话框。调整曲线，提升图片的亮度，使作品更加明亮，如图 10-5 所示。

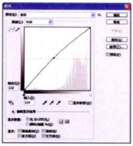


图10-5

增加渐变色——丰富色彩，瑰丽色泽的诱惑

打开文件 IMG_8664.jpg，如图 10-6 所示。这是一张隔着车窗玻璃拍摄的照片，模特的嘴唇成为整幅作品的视觉中心，虽然看不到主角的眼睛，但能感受到她沉思片刻的情绪。但片子整体色调偏平了一些。在叠加模式基础上，利用渐变色让画面色彩华美。

01 点击图层面板下的“新建图层”图标，建立新图层，如图 10-7 所示。

图10-6

图10-7

02 点击浮动工具栏上的“渐变工具”，顶部的参数栏设置如图 10-8 所示。

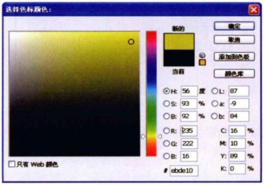
03 点击左侧的“渐变色框”，弹出“渐变编辑器”对话框，如图 10-9 所示。

图10-8

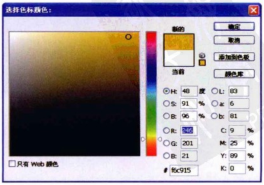
图10-9

04 依次用鼠标点击渐变条左下脚的三角色标，和右下脚的三角色标，并在中间点击鼠标增加两个色标。在弹出的颜色选取框中分别设置如图 10-10 所示，建立一个由黄色到蓝色的渐变。

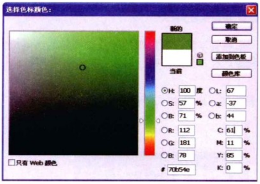
05 确定渐变方向为“径向”，以画面中模特的鼻子为起始点，拉出一个渐变线，如图 10-11 所示，效果如图 10-12 所示。



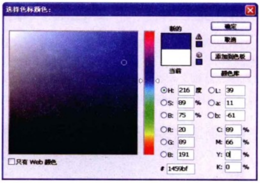
A



B



C



D

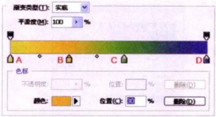


图10-10

图10-11

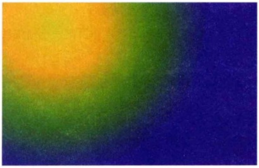


图10-12

06 在“图层”选项卡的“图层合成模式”下拉列表中选择“叠加”选项，效果如图 10-13 所示。

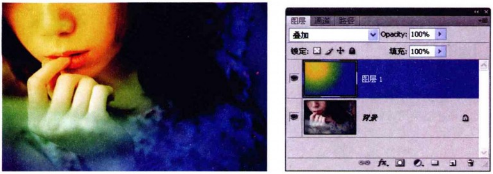


图10-13

07 画面出现了很华美的琥珀色向蓝绿色的转换，模特面部的暖调和边角的冷调产生了强烈的对比。但色彩有些过于浓艳了，调整 Opacity 参数为“55%”，如图 10-14 所示。

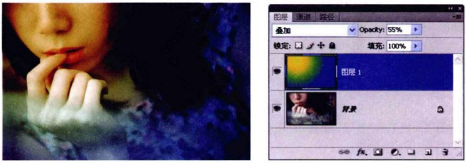


图10-14

08 按下 Ctrl+E 组合键，合并图层，最终效果如图 10-15 所示。

图10-15

实战风格化——淡褐色的逆光，雅致色彩梦幻纯美

打开 IMG_9335.jpg，如图 10-16 所示。本照片拍摄于北京 798，利用逆光拍出模特身上漂亮的轮廓线，但逆光的效果还不够突出，通过后期处理，可以营造出一种温暖、舒适的逆光效果，整体影调为雅致的灰褐色，如图 10-17 所示。

图10-16

图10-17

01 点击图层面板下的“新建调整图层”图标，选择“可选颜色”选项，在弹出的“可选颜色”对话框中，设置黑色参数如图 10-18 所示。

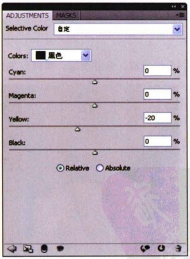


图10-18

02 再次点击图标，选择“曲线”选项，在弹出的对话框中，调整红、绿、蓝曲线如图 10-19 所示。

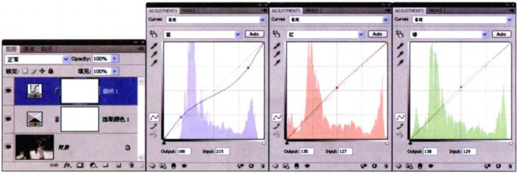


图10-19

03 点击图标，选择“色彩平衡”选项，在弹出的对话框中，调整参数如图 10-20 所示。

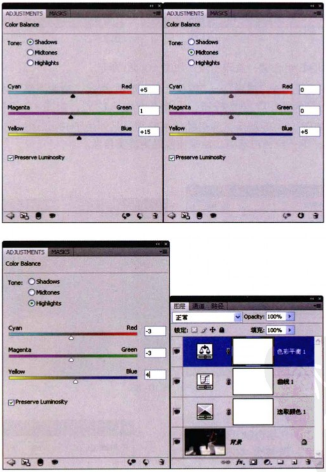


图10-20

04 点击图标，选择“纯色”选项，在弹出的“拾取实色：”对话框中，设置“R：3；G：16；B：32”，在图层面板中，选择合成模式为“排除”，如图 10-21 所示。

05 点击图标，选择“亮度 / 对比度”选项，在弹出的对话框中设置 Contrast 为“-12”，让画面呈现出一种迷蒙的光照效果，如图 10-22 所示。

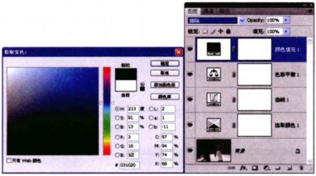


图10-21

图10-22

06 按下 Shift+Ctrl+Alt+E 组合键，盖印图像，如图 10-23 所示。

07 在菜单栏中选择“滤镜”—“渲染”—“镜头光晕”选项，弹出“镜头光晕”对话框，在“镜头类型”设置框中选择“105 毫米聚焦（L）”单选按钮，设置亮度为“125”，如图 10-24 所示。

08 加入光晕效果后如图 10-25 所示，光斑的效果略强，另外由于 Photoshop 滤镜自身设计的缺陷，内部的光线比较明显生硬，下一步通过渐隐功能来使效果更真实自然。

图10-23

图10-24

图10-25

09 在菜单栏中选择“编辑”—“渐隐镜头光晕”选项，或者按下 Shift+Ctrl+F 组合键，弹出“渐隐”对话框，将“不透明度”调整为“65%”，如图 10-26 所示。最终效果如图 10-27 所示，光影柔和温暖地照耀，最大限度地降低了光晕效果的人工痕迹。

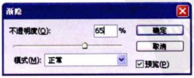


图10-26

图10-27

实战风格化——柔美私房照，妩媚100分

私房照反映女性的柔美妩媚，已经成为国内人像摄影的一个重要题材类型。片子的后期处理一般遵循高调，通透的原则，本例介绍私房片后期的基本流程。处理前后作品如图 10-28 和图 10-29 所示。

图10-28

图10-29

利用滤色合成模式增加通透度

打开 IMG_8660.jpg 文件，如图 10-28 所示。这张作品拍摄时采用一盏 U2 灯作为照明光源，尽量利用了临床窗户照射进入的自然光，将 U2 灯向屋顶反射打光。使得人工光与自然光融合在一起，尽量削弱画面人工光的痕迹。

01 选择左侧工具栏中的“抓手工具”，在图层面板中将背景图层拉到新建图层的图标上，复制背景图层，如图 10-30 所示。

图10-30

02 在确认背景副本图层为选中的状态下，将图层合成模式修改为“滤色”，并将 Opacity 修改为“35%”，

03 按下 Ctrl+E 组合键合并图层，效果如图 10-32 所示。可以看到画面的整体影调变得通透高调起来，一部分细节的暗部得以提亮。

图10-31

图10-32

NOTE 小贴士：*滤色模式经常被用来补救曝光不足的照片，当一层滤色效果不够明显的时候，可以继续复制滤色模式的图层，达到不断加亮的效果。但在本章的例子中，要严格控制亮部的高光溢出，即过曝。设置的过程一定要及时观察画面最亮的部分。*

利用曲线提亮画面影调

01 在菜单栏中选择“图像”—“模式”—“Lab 颜色”选项。

02 在菜单栏中选择“图像”—“调整”—“曲线”选项，或者按下 Ctrl+M 组合键，弹出“曲线”对话框。点击通道，分别对明度、A、B 曲线调整如图 10-33 所示。

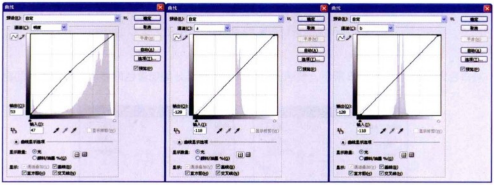


图10-33

03 在菜单栏中选择“图像”—“模式”—“RGB 颜色”选项，将颜色模式复原，调整后效果如图 10-34 所示。可以看到画面影调更加明亮通透了。

图10-34

NOTE 小贴士：Lab是定义色彩最多的色彩模式，它提供了更加宽广的色域和调整余地。所以后期处理过程中，经常会转换到Lab模式进行处理，可以更多的保留细节，同时提供更大的调整余地。

进行可选颜色调整

01 在菜单栏中选择“图像”—“调整”—“可选颜色”选项，弹出“可选颜色”对话框。在“颜色”下拉列表中选择“红色”选项，调整参数如图 10-35 所示。

NOTE 小贴士：这里单独将红色的调整参数列出来。因为里面包含一个后期的诀窍，降低红色中的黑色比例，对提升人像作品皮肤的通透度可以起到出乎意外的效果。在人像的后期中不要忘记这个小法宝。

02 对白色做调整如图 10-36 所示，使画面中白色的床单部分呈现青色的影调，增加作品的色彩韵味。

图10-35

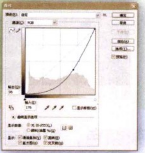
图10-36

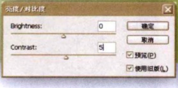
03 调整黑色、中性色如图 10-37 所示。最终效果如图 10-38 所示。

图10-37

图10-38

11
创意后期流程
完美提升作品整体效果





在本章，将会结合实例进行比较完整的后期调整，与特色后期不同，我们开始专注结合图片自身表达色彩与气氛，进行针对性的调整，确定后期流程。

色彩浓郁的夏天，跳跃的夏精灵

处理前后对比效果如图 11-1 和图 11-2 所示。片子拍摄于 5 月，树叶已经足够绿了，模特像精灵一样从木椅上跳下，姿态轻盈，情绪自然。但画面中作为背景的树林线条过于杂乱，绿色的树叶和模特绿色的上衣出现了撞色，造成主体不突出。这些都将通过后期进行改进。

图11-1

图11-2

增强颜色，如何在色彩中融入自己的想法

01 打开 IMG_9314.jpg，如图 11-3 所示。画面动态拍摄没有使用反光板，所以模特面部偏暗，后期要适度增强，复制背景图层，建立“背景 副本”图层，将其合成模式修改为“滤色”，Opacity 设置为“65%”，效果如图 11-4 所示。按下 Ctrl+E 组合键合并图层。

图11-3

图11-4

02 在菜单栏中选择“图像”—“调整”—Vibrance 选项，在弹出的 Vibrance 对话框中，设置 Vibrance 为“+100”，效果如图 11-5 所示。

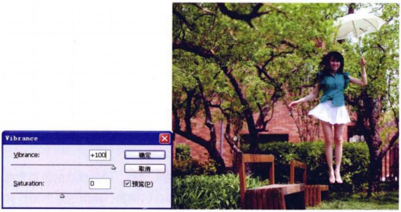


图11-5

03 在画面的左上角，有一个树枝的断面，当全尺寸观看的时候，它在绿色的树叶中非常抢眼，这会削弱观众对视觉中心模特的关注，所以选用“补丁工具”，圈选这个树枝断面将它去除掉，这个工作不必太精细，去掉断面，人们很难注意到它，如图 11-6 所示。

图11-6

整合色彩，每一个细节都重要

虽然夏季是碧绿的，但如果整个画面充盈着绿色就会很单调，同时绿色背景与模特青色上衣也有些撞色，所以要通过适当调整，让画面色彩更加丰富起来。

01 在菜单栏中选择“图像”—“调整”—“可选颜色”选项，在“可选颜色”对话框中调整“黄色”参数如图 11-7 所示，让画面中绿色偏向黄色调，这样就出现了丰富的色彩变化。

02 调整可选颜色的“白色”参数如图 11-8 所示，这样调整后，让模特白色短裙和伞上出现了淡淡的青色，虽然不很明显，但给画面带来了微妙的唯美影调。

图11-7

图11-8

03 调整可选颜色的“红色”参数如图 11-9 所示，通过红色的调整，模特皮肤的色彩更加通透。

04 调整可选颜色的“黑色”参数如图 11-10 所示，通过黑色的调整，画面的黑色部分有了一层淡淡的褐色影调。

图11-9

图11-10

05 调整可选颜色的“绿色”参数如图 11-11 所示，通过绿色的调整，让叶子的黄色复归些绿色。

06 调整可选颜色的“青色”参数如图 11-12 所示，通过青色的调整，模特身上衣服的色彩和环境更加和谐，不会显得突兀。

图11-11

图11-12

07 在菜单栏中选择“图像”—“调整”—“亮度/对比度”选项，在弹出的“亮度/对比度”对话框中，调整参数如图 11-13 所示。

图11-13

制作暗角，自由度最高的暗角制造方法

希望观看者的视觉中心落在模特身上，同时，压制一些画面边角显得凌乱的树枝线条，所以下一步将通过暗角的制作来实现这一点。

01 在图层面板复制背景图层为“背景 副本”，如图 11-14 所示。

02 确保“背景 副本”图层为选中状态，按下 Ctrl+M 组合键，弹出“曲线”对话框，调整曲线如图 11-15 所示。

图11-14

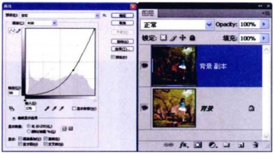


图11-15

03 点击图层面板底部的“新建图层蒙版”图标，建立图层蒙版，如图 11-16 所示。

04 点击选择左侧工具栏中的“渐变工具”，设置参数如图 11-17 所示。

图11-16

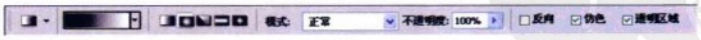


图11-17

05 点击图片中模特的面部，向边缘拉动渐变线，如图 11-18 所示。

06 按下 Ctrl+E 组合键合并图层，最终效果如图 11-19 所示，可以看到，由于周边的元素被压暗，模特的身姿和表情成为了画面的焦点。

图11-18

图11-19

芥末的意街，琥珀色的午后时光

处理前后的效果如图 11-20 和图 11-21 所示。照片拍摄于 7 月的天津意大利风情街，在模特跳跃的过程中，抓拍到这幅作品，整体氛围轻松且具有活力。玻璃的反光呈现出暗蓝色的影调，较好的衬托出模特身体轮廓。但玻璃上杂乱的反光也干扰了欣赏者的视线，画面色彩相对凌乱。在后期中，将改进这一点。

图11-20

图11-21

增强图像的色彩与细节

01 打开文件 IMG_9377.jpg。在菜单栏中选择“图像”—“调整”—Vibrance 选项，弹出 Vibrance 对话框，调整 Vibrance 值为 “+75”，如图 11-22 所示。画面的色彩得到了很好的提升，如图 11-23 所示。

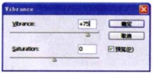


图11-22

图11-23

NOTE 小贴士：Vibrance调整选项，是Photoshop新加入功能，用来增加图片的饱和度。不同于传统的Saturation同等增加饱和度，Vibrance优先调整图像中较不鲜艳的颜色，而对已经较为鲜艳的颜色则予以控制提升。同时调高数值时，Vibrance可以抑制肤色的饱和度，非常适用于人像摄影。

02 在菜单栏中选择“图像”—“调整”—“可选颜色”选项，在弹出的“可选颜色”对话框中，调整相应参数如图11-24所示。

图11-24

03 按下Ctrl+M组合键，弹出“曲线”对话框，调整曲线参数的蓝色通道如图11-25所示。调整后效果如图11-26所示。

PDG

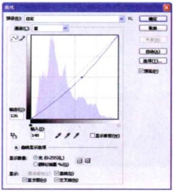


图11-25

图11-26

一个与众不同的锐化方案

01 选择左侧工具栏中的“抓手工具” ，在图层面板中，把当前图层拖拉到“新建图层”面板上 ，复制一个图层，如图 11-27 所示。

图11-27

02 确认“背景 副本”为选中状态，在菜单栏中选择“滤镜”—“其他”—“高反差保留”选项，在弹出的“高反差保留”对话框中，设定“半径”为“0.3”，如图 11-28 所示。

03 在菜单栏中选择“图像”—“调整”—“色相 / 饱和度”选项，在弹出的“色相 / 饱和度”对话框中，设置“饱和度”值为“-100”，如图 11-29 所示。

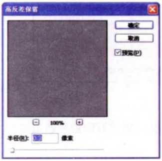


图11-28

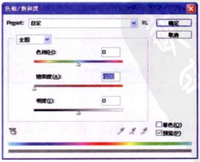


图11-29

NOTE □ 小贴士：将饱和度降低为-100，可以消除后续锐化操作时，高反差保留图层中杂色对锐化效果的干扰。

04 选择图层合成模式为“叠加”，如图 11-30 所示。

05 查看图像细节锐化程度，如果感觉程度不足，可以再复制背景副本图层，逐步增强效果，如图 11-31 所示。不同叠加层数效果对比，如图 11-32 所示。

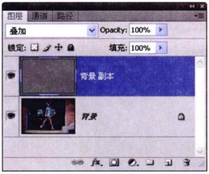


图11-30

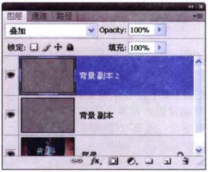


图11-31

图11-32

NOTE □ 小贴士：图像锐化的诀窍为“小幅度，多次进行”。效果细腻，层次保留完好。很多后期锐化的效果不满意，源自错误追求“一次到位”。本锐化方法，一般网络展示的小图片，半径为0.1-0.5为好，如果是大图半径为1较为理想。

06 点击图层面板下部的“新建图层”图标，建立空白图层，如图 11-33 所示。

07 选择左侧工具栏中的“吸管工具”，点击面板底部的“前景色 / 背景色”图标的前景色框。在弹出“拾色器（前景色）”对话框中，设置“R：240；G：225；B：12”，如图 11-34 所示。

图11-33

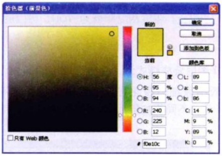


图11-34

08 点击图标的“背景色框”，设置背景色为“R：5；G：45；B：85”，如图 11-35 所示。

09 选择左侧工具栏的“渐变工具”，在顶部的属性设置中选择刚才设置的前景色到背景色渐变，渐变模式选择为“径向”，如图 11-36 所示。

10 在以画面中心偏上位置为起点，拉取渐变至画面底部，确保黄色部分基本覆盖模特身体，如图 11-37 所示。渐变拉取效果如图 11-38 所示。

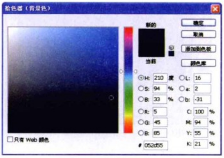


图11-35

图11-36

图11-37

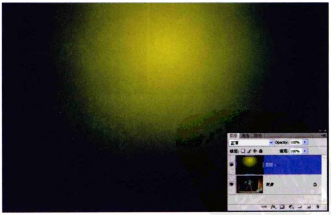


图11-38

11 更改将“图层 1”合成模式为“叠加”，更改透明度 Opacity 为“35%”，如图 11-39 所示。

12 按下 Ctrl+E 组合键合并图层，模特面部黄色饱和度略高，在菜单栏中选择“图像”—“调整”—“可选颜色”选项，在弹出“可选颜色”对话框中，调整“黄色”参数，如图 11-40 所示。

图11-39

图11-40

13 调整后效果如图 11-41 所示，画面由模特脸部的亮黄色自然过渡到环境的深蓝色，整体呈现出一种舒适的琥珀色调。

14 制作暗角，使主题更为突出。暗角制作方法参见本章的“制作暗角，自由度最高的暗角制造方法”，最终效果如图 11-42 所示。

图11-41

图11-42

12
从RAW开始，启动数码后期全流程

从本章开始，我们开始从照片的最初原始状态，也就是被号称为“数码底片”的 RAW 格式进行调整，介入数码后期的全流程，掌握 RAW 的处理参数与技法。

数码底片时代的来临

处理前后的效果如图 12-1 和图 12-2 所示。这是一张拍摄于 10 月的作品，表现秋色里安静温暖的气息，但由于照片拍摄现场光线和植物颜色的原因，秋意还没有被充分的表达出来，接下来在后期处理中，这一点将被逐步完善。

图12-1

图12-2

工作前的设定，一些你要知道的关键参数

利用 Camera RAW 软件打开 IMG_3174.CR2 文件，如图 12-3 所示（打开前确认已经安装 Camera RAW5.2 或以上版本）。

在开始之前，先对图片的色彩模式进行一下简单的设定。点击界面最下方的字符，如图 12-4 所示。会弹出“工作流程选项”对话框，如图 12-5 所示。

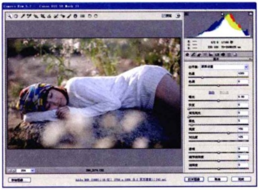


图12-3

Adobe RGB (1998); 16 位; 2784 x 1856 (5.2 百万像素); 240 ppi

图12-4

选择色彩空间模式，在“色彩空间”下拉列表中，会看到多种模式选项，如图 12-6 所示。选择其中的“sRGB IEC61966-2.1”模式。

PDG

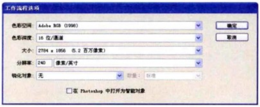


图12-5

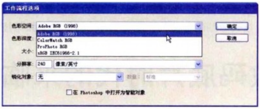


图12-6

NOTE □ 小贴士：色彩空间如同画家的调色板，Adobe RGB 1998和sRGB IEC61966-2.1（简称sRGB）是数码单反相机上使用最多的色彩空间。如果处理后的作品用于冲洗、印刷，选择Adobe RGB模式。如果只是想放到网络上进行展示，则选择sRGB模式。

NOTE □ 小贴士：色彩深度是指在某一分辨率下，每一个像素点可以有多少种色彩来描述，它的单位是“bit”（位）。16位色深提供了更广阔的宽容度和后期空间，能够更大程度的保留优良画质。在后期制作之前，一定要检查一下是否使用了它。

RAW基础参数调整，告诉你每一步的目的

RAW 文件提供了最为完整的原始信息，在 RAW 中进行的调整，可以最大程度保护画质与色彩。接下来的步骤，将通过调整 RAW 的基础参数，为后期的整体处理打下良好的基础。

01 在 Camera RAW 软件中，调整右侧“色温”值为“5500”，会发现照片呈现出秋阳暖暖的味道，如图 12-7 所示。

02 调整“黑色”值为“+18”，增加暗部内容，片子会“沉”一些，如图 12-8 所示。

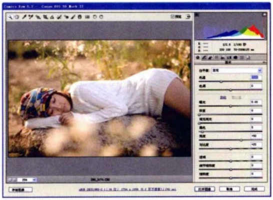


图12-7

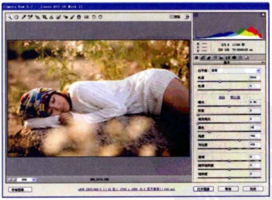


图12-8

03 依次调整“对比度”为“+50”，“细节饱和度”为“+45”，让片子更加饱满、浓郁起来，如图 12-9 所示。

图12-9

04 调整完毕，选择“打开图像”按钮，进入下一步调整。

NOTE 小贴士：细节饱和度是RAW文件处理新出现的功能，相比较以往的饱和度调整参数，它在调整过程中，会对画面元素中色彩饱和度不足的部分予以增强，而对饱和度已经足够的部分尽量避免增加。避免了以往饱和度全部增加，色彩失真的缺点。

液化及磨皮处理，正确细节累积正确结果

液化和磨皮处理（皮肤光滑处理）是唯美人像后期的重要处理步骤。这里将通过相关参数的设置，让模特完美起来。

前期准备

01 调整图片大小，在菜单栏中选择“图像”—“图像大小”选项，弹出“图像大小”对话框，如图 12-10 所示。

02 为了后期操作的显示方便与速度，这里调整图片“宽度”为 1000，等比例缩小图片，如图 12-11，然后点击“确定”按钮。

图12-10

图12-11

03 去除模特脸上的瑕疵，在左侧工具栏上选择“放大镜工具”🔍，在模特脸部拖出一个放大框，开始修整模特的脸部。选用“补丁工具”，用拖动的方法，去除模特脸上的瑕疵，如图 12-12 所示。

04 继续使用相同的方法，去除模特眼睑和眼袋的痕迹，如图 12-13 所示。

图12-12

图12-13

液化处理，修出好身材

01 在菜单栏中选择“滤镜”—“液化”选项，切换到“液化”对话框，如图 12-14 所示。

02 选择左上角的工具，调整右侧画笔参数，如图 12-15 所示。

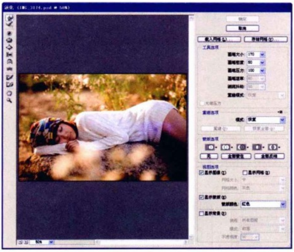


图12-14

图12-15

03 参照图示位置，使用鼠标向下精心推压图片，如图 12-16 所示。最终效果如图 12-17 所示。

图12-16

图12-17

磨皮处理，NeatImage归来

01 处理前复制一个图层备用。选用左侧工具栏中的“抓手工具” 。在图层面板中将当前背景图层拖动到底部的“新建图层”图标 上，复制一个新图层“背景 副本”，如图 12-18 所示。

图12-18

02 点击“背景 副本”图层左侧的可视图标 ，将其暂时隐藏显示，同时点击下面的“背景”图层，将其选为当前活动图层，如图 12-19 所示。

03 在菜单栏中选择“滤镜”—Neatimage 选项，出现界面如图 12-20 所示。

图12-19

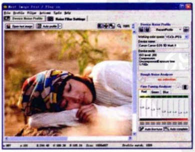


图12-20

04 用鼠标在模特脸部拖出降噪采样区。点击 Auto profile 按钮，让系统自动分析模特面部区域的降噪设置，如图 12–21 所示。

05 点击 Noise Filter Settings 按钮，按下 Preview 按钮，拖动预览框，查看磨皮后的效果，如图 12–22 所示。

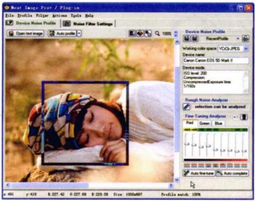


图12–21

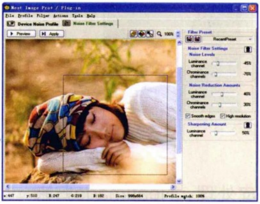


图12–22

06 如果不满意，可通过调整界面右侧参数进行完善，本例参考数值如图 12–23 所示。满意后，点击 Apply 按钮，施用效果。

经过磨皮处理，模特的面部皮肤显现出细腻、光滑的效果，对比如图 12–24 所示

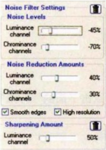


图12–23

图12–24

找回丢失的细节，跟塑料脸说“不”

模特皮肤光滑的同时，衣服的纹理和细节也因为降噪而受到一定的损失。接下来，通过蒙版的操作，将丢失的细节寻找回来。

01 点击“背景 副本”图层右侧的可视图标，将其恢复显示，同时单击该图层使其变为当前图层（黑色显示），点击图层面板下的“新建蒙版”图标，为背景图层建立蒙版，如图 12–25 所示。

图12-25

NOTE □ *小贴士：一定确定新建蒙版为选中状态，再进行下一步操作。当蒙版被选中的时候，图层标志上会有白色的边框。如果白色的边框跑到了图层上，则表示图层被选中。下一步的操作会无法进行，如图12-26所示。*

错误　　　　　　正确

图12-26

02 选择左侧工具栏中的“画笔工具”，在顶部的画笔参数里设置如图 12-27 所示。

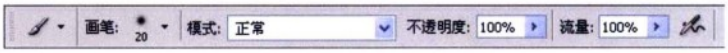


图12-27

03 利用黑色在模特的面部仔细涂抹，涂抹的部分将显现出背景图层经过光滑处理后的皮肤，同时皮肤外的部分依旧保持原有的细节，涂抹的部分如图 12-28 所示。

图12-28

04 完成后，按下 Ctrl+E 组合键合并图层。

NOTE □ 小贴士：施加蒙版后，黑色的部分将显示下一个图层的内容，白色部分则显示本图层的内容。

色彩及氛围渲染，微妙调整，微妙不同

通过调整曲线，画面呈现统一的影调，让作品的环境氛围更加浓郁，主题情绪更加突出。

无敌曲线调整

按下 Ctrl+M 组合键，弹出“曲线”对话框，在“通道”下拉列表中选择“蓝”通道，如图 12-29 所示。并对蓝色曲线做如下调整，如图 12-30 所示。

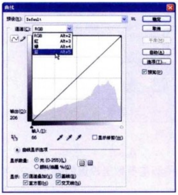


图12-29

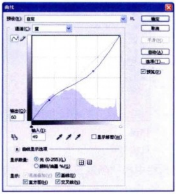


图12-30

处理后，画面影调更加优美含蓄，如图 12-31 所示。

图12-31

可选颜色调整，后期更是创作

在菜单栏中选择“图像”—“调整”—“可选颜色”选项，在“可选颜色”对话框中分别调整各个单色参数，如图 12-32 所示。

图12-32

调整后效果如图 12-33 所示，色彩更加浓郁自然。白色的调整使模特的衣服出现一种特殊的淡青色影调；黑色的调整，在石头的暗部纹理中产生出青灰色，这些容易被忽略的细节，都使片子色彩出现了很微妙的韵味。

图12-33

光斑效果增强，一个优秀的光斑插件出现了

使用光斑滤镜 Knoll Light Factory 为画面增加温暖的眩光，如图 12-34 所示。最终效果如图 12-35 所示。

图12-34

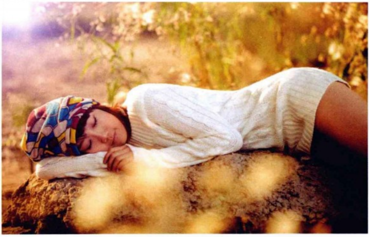


图12-35

13
高端进阶
印刷级人像数码作品的后期全攻略

考虑到文件及展示的效果，本书前面的范例，采用了 1000 边长的缩小图片范例进行练习，但实际后期中，面对的往往是全尺寸的巨大原片，其中的一些参数和操作效果有所不同。

在本章中，将直接处理不进行任何缩减的拍摄原片，体验图书出版及印刷冲洗的全尺寸正式作品的操作流程。

RAW设定与调整，为印刷级作品做准备

秋草，处理前后的效果如图 13-1 和图 13-2 所示。这是一张拍摄于 4 月的作品，浅黄色的草儿是去年留下的，画面给人舒展、轻松的美感。但画面曝光及色彩还不能满意。下面，利用以前学过的调节手法，让这幅作品更加精彩起来。

图13-1

图13-2

利用 Camera RAW 软件打开 IMG_8535.CR2 文件，如图 13-3 所示。

图13-3

01 点击界面最下方的“色彩空间”选择字符，如图 13-4 所示，为成品将来可能用于印刷和冲印设置 Adobe RGB 色彩空间。

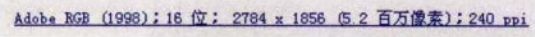


图13-4

02 在 RAW 右侧菜单栏调整相关参数，将“色温”调整为“5300”，使画面呈现出一种暖调；“曝光”增加到“+0.65”，让原本有些欠曝的画面明亮起来；“填充亮光”调整为“15”，使得暗部更加明亮一些，呈现出更多的细节；将“细节饱和度”提高到“+48”，使图像的色彩更加明艳，如图 13-5 所示。

图13-5

03 点击 打开图像 按钮，进入 Photoshop 进行进一步处理，如图 13-6 所示。

04 利用液化工具对模特的脸和腰腿部进行一下修饰。修饰前，先复制一个图层备用。拖动“背景”到图层面板下的“新建图层”图标，建立复制图层，如图 13-7 所示，确认“背景 副本”图层为选中状态。

图13-6

图13-7

液化修饰，让每个细节都完美

01 在菜单栏中选择“滤镜”—“液化”选项，弹出“液化”对话框，设置如图 13-8 所示。

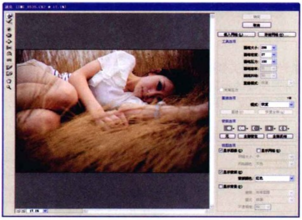


图13-8

02 选择左侧的“向前变形工具”，设置“画笔大小”为“1000”，小心地在模特的腰部轻轻下推，让模特身姿曲线更完美，不用担心出现的空白，由于有复制的图层，白色部分会被下面的图层补满，如图 13-9 所示。

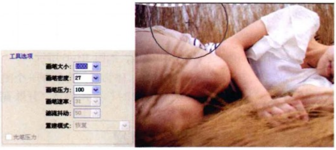


图13-9

03 调整“画笔大小”为“500”，放大模特的脸部，由于侧躺，面部略显宽大，小心地向下推动，将模特的脸部轮廓修理得更好看，如图 13-10 所示。

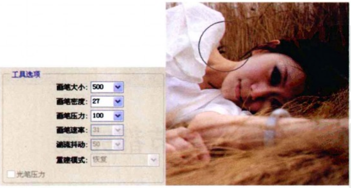


图13-10

04 点击“确定”按钮返回，效果如图 13-11 所示。

图13-11

05 选择左侧工具栏中的“套索工具”，设定“羽化”值为“80px”，在模特腰部以上出现液化边界的区域，选择边界，然后按下 Delete 键，删除痕迹，让两个图层完美的融合在一起，按下 Ctrl+E 组合键合并图层，如图 13-12 所示。

图13-12

皮肤细节修饰，全尺寸图片的皮肤处理

01 选择左侧工具栏的“补丁工具”，放大模特的面部，小心去除遮挡在面前的草梗，如图 13-13 所示。

图13-13

02 继续使用“补丁工具”，仔细消除模特面部皮肤上小的瑕疵和凌乱的发丝，一定要认真仔细，将大一些的斑点都去掉，如图 13–14 所示。

图13–14

03 选择左侧工具栏中的“套索工具”，设定“羽化”值为“10px”，按住 Ctrl 键，在模特面部选取皮肤，如图 13–15 所示。

04 按下 Ctrl+C 组合键，然后按下 Ctrl+V 组合键，新建立一个单独的面部皮肤图层，点击“背景”图层前的可视图标，取消可视，单独对皮肤图层进行编辑，如图 13–16 所示。

图13–15

图13–16

05 继续利用“套索工具”，将选取的皮肤中嘴唇、鼻子轮廓部分选中删除，如图 13–17 所示。

06 在菜单栏中选择“滤镜”—“模糊”—“高斯模糊”选项，在弹出的“高斯模糊”对话框中，设置参数如图 13–18 所示。

07 点击“背景”图层的可视图标，恢复可视，将“图层 1”的 Opacity 设置为“55%”，如图 13–19 所示。

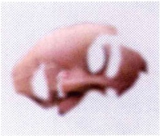


图13–17

图13–18

图13–19

08 按下 Ctrl+E 组合键合并图层，效果对比如图 13–20 所示。

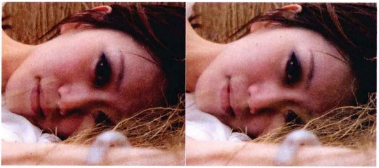


图13-20

锐化与提亮，保持细节高调影像的获得

01 在菜单栏中选择“滤镜”—“锐化”—“USM 锐化”选项，在弹出的“USM 锐化”对话框中设置参数，如图 13-21 所示。

02 复制当前图层，将“背景 副本”图层的合成模式更改为“滤色”模式，将 Opacity 设置为“40%”，提亮整体画面亮度，增加通透度，按下 Ctrl+E 组合键合并图层，效果如图 13-22 所示。

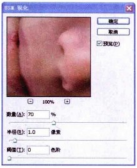


图13-21

图13-22 滤色前 滤色后

NOTE 小贴士：调整滤色图层透明度时候，一定要随时观察模特白色衣服的高光区，不可丧失细节。

调色与存储，一个可能会让你困惑的选项设置

01 在菜单栏中选择“图像”—“调整”—“可选颜色”选项，调整参数如图 13-23 所示。最终完成效果如图 13-24 所示。

图13-23

图13-24

02 这个时候选择保存，会发现没有常用的 JPEG 选项，这是因为从 RAW 开始调整的时候，选择了 16 位色深，JPEG 保存不了这样的色彩深度。如果需要最高质量的文件存档，就直接选择 TIF 格式，这是目前无损存储的最优格式，但体积过大，如图 13-25 所示。

03 如果想存储为文件小，画质高的 JPEG 格式，在菜单栏中选择“图像”—“模式”—“8 位 / 通道”选项，如图 13-26 所示。

图13-25

图13-26

04 在下拉列表中选择“JPEG 格式”，单击“保存”按钮，存储完毕，如图 13-27 所示。

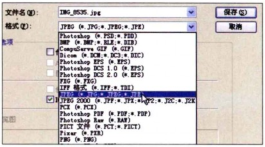


图13-27

14
扩展滤镜安装及使用

很多时候，完美的后期要借助第三方提供的滤镜。这里就本书所涉及的滤镜，包括安装流程及部分参数，做一个介绍。

Neat Image安装方法

双击安装文件进行安装，本例为Neat Image 4.0 Pro+ 版本，该软件版本及汉化版较多，软件版本如略有不同，不影响安装过程。

01 一直点击“下一步”按钮，确定安装目录（建议默认），如图 14-1 所示。

02 最后，点击“安装”按钮，进行滤镜的安装，如图 14-2 所示。安装完毕，点击“完成”按钮。

图14-1

图14-2

03 运行软件，出现第一次运动的提示窗口，点击“确定”按钮关闭即可，如图 14-3 所示。

NOTE □ *小贴士：目前运行的是Neat Image独立版本，具有独立的界面，可以单独处理照片。但还没有和Photoshop整合到一起。但在整合之前，Neat Image必须要独立运行一次。*

04 在 Windows XP 的资源管理器中，找到刚才安装 Neat Image 的目录，本例为软件安装时的默认目录，在目录中找到“NeatImage.8bf”这个滤镜文件，选中后进行“剪切”操作，如图 14-4 所示。

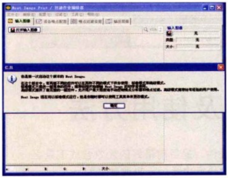


图14-3

图14-4

05 在 Windows XP 的资源管理器中，找到 Photoshop 的安装目录，找到 \Plug-ins 目录，使用“粘贴”操作，将“NeatImage.8bf”文件移动到这个目录下，如图 14-5 所示。

06 启动 Photoshop，可以在菜单栏中的“滤镜”选项中找到“Neat Image”滤镜，至此滤镜安装完毕，如图 14-6 所示。

图14-5

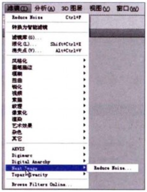


图14-6

TOPAZ安装方法

下载安装文件后将其解压缩，会出现两个文件，如图 14-7 所示。

将“tlsharpen.8bf”拷贝到 Photoshop 的滤镜安装路径下，这里是 X:\Adobe Photoshop CS4\Plug-ins（X 代表盘符）。

将“tlpsplib10.dll”拷贝到 Photoshop 的根部目下，这里是 X:\Adobe Photoshop CS4\（X 代表盘符）。

进入 Photoshop，可以在菜单栏中的“滤镜”选项中找到，找到 TOPAZ 滤镜，如图 14-8 所示。

图14-7

图14-8

Knoll Light Factory安装及使用方法

Knoll Light Factory 是一款 Photoshop 光源效果制作插件，是目前最好的光效合成工具之一（号称光影工厂）。该滤镜提供了 25 种光源与光晕效果，并提供及时预览功能，方便观看效果。

另外，此 25 种效果可互相搭配，并且可以将搭配好的效果储存起来，下次可直接读入使用，无须重新调配。

安装方法

安装文件解压后，会出现一个滤镜文件和一个文件夹，文件夹中保存的是各种滤镜效果，如图 14-9 所示。

图14-9

将所有文件拷贝到 Photoshop 的滤镜安装路径下，这里是 X:\Adobe Photoshop CS4\Plug-ins（X 代表盘符）。

使用方法

01 进入 Photoshop 界面，打开文件 IMG_0592.jpg，如图 14-10 所示。

02 在菜单栏中选择“滤镜”—Digital Anarchy—Knoll Light Factory 选项，弹出 Knoll Light Factory 对话框，如图 14-11 所示。

图14-10

图14-11

03 滑动下部的 Zoom 滑动杆为“0.76”，放大图像，调整窗口，便于观察效果，如图 14-12 所示。

图14-12

04 这张图已经有了一个自然的光斑，但还不够突出。点击左侧 Presets 下的“35mmlfp”，然后在画面左上角的原始光斑上点击一下，建立新的光斑效果，调整底部参数如图 14-13 所示。

05 一些光斑的元素显得过于人工化，不太真实，在右上方的 Elements of Lights 选项框中去掉一些不必要元素的复选框，如图 14-14 所示。

图14-13

图14-14

06 点击 OK 按钮，施加效果，最终效果如图 14-15 所示。

图14-15

篇 后
Afterword

感谢中国铁道出版社的柳琪、张亚慧两位编辑，前者耐心的沟通鼓励，让我有机缘和动力完成这本看来不可能完成的书籍写作任务，后者认真严谨的审稿，让这本书一点点变得完善充实。

拍摄人像已经有 6 个年头，拍摄的过程中得到很多朋友的帮助，很多优秀摄影师的指正和帮助。一路走来，很乐意把自己的心得与诸位影友分享交流，于是便有了这样一本书。我力争把所感悟的、想到的，都通过这本书尽量充分的表达出来。

拍摄日久，不得不思考的一个问题就是，唯美人像摄影的意义在哪里？一个人的青春岁月是最美好的，然后又是那么短暂。在这样一个时间里，摄影师把它捕捉下来，用最美的画面呈现，表达出每个人确实属于自己并区别于他人的美丽。记录无法复制的情感瞬间、绚丽时刻，发现一个截然不同的自己，让每一个主人公终身珍藏。这，我想就是唯美人像摄影的意义所在吧。

给人像摄影新人的十条建议，是以往发在论坛的一篇拙文，今日看来，似乎还有些可看，不避粗陋，在本书的最后与朋友们共享交流。

最后，衷心祝愿每一个朋友每天享受拍摄的快乐。

■ 不要沉迷于切大头

不是不能切，只是要把它当做方法的一种。切大头往往是新人上手的第一步。因为有大光圈的背景虚化，只要模特不难看，就可以拍出让人感觉比较愉快的片子。甚至可以让被摄者比较开心。

这往往是获得满足和成就感的第一步。但如果你想在人像摄影中走得更远，就要早日离开这种拍摄模式。大头照让你忽略了很多摄影作品重要、本质的东西。人物的身姿，服饰的色彩，背景的线条，节奏，整体画面的均衡与冲突，情境。如果你想拍出好的作品，请记住，一定是环境人像。把人作为画面的一个组成部分，放在大的画面里去考虑权衡。在这一过程中，你将面临更多的矛盾与问题，但这正是进步的开始。

由此延伸一下，同样不建议去拍胸像和半身像，道理是一样的。很多有悟性的新人停滞不前，就是每次都在群拍的人群里对着位置固定不动的模特，变换角度拍胸像和半身像。这样拍一次和拍一百次区别也只是模特不同。去看看高手的作品，体会一下什么是“环境”。

■ Photoshop 不是万花筒

Photoshop 给了我们很多自由，包括让照片按照我们想像的样子

去呈现。很多新人痴迷让自己的照片眩起来。这应该作为一个初级阶段尽快让它过去。眩彩的效果越迷人，距离摄影本质就越远。浓烈的色彩、特效，会让你本人在将来的摄影路上更加迷惑。

真正 Photoshop 的高境界应该是羚羊挂角而无迹可求。你感觉到它的存在，但又无法明确的找到它。若隐若无，却让人频频回味。我看达人调片，就是在色彩平衡里很微妙的调整均衡，就能让片子神采不俗。但这里蕴含的对色彩原理的精深理解，不是靠言语所能传达的。

以此类推，我们更苛求一些，那就是让摄影的画面尽可能的纯粹，那些很酷的字体，很范儿的图案花纹，尽量限制比重。往往如此，好看的边框和字体能让普普通通的画面专业很多。

但我们应该想，我的作品如果去参加影展，干干净净的放在镜框里，是什么效果？那个效果能打动人，才是我们的摄影在打动人。很多新人甚至老手的作品第一眼看很热闹，但我建议你养成和我一样的习惯，就是把上面的字体和图案遮挡起来看，大多数时候，你会失望很多。

■ 去用光

我们大多数人知道早晨 9 点前，下午 4 点后，是散射光，均匀柔和，这时候去拍照好了。如果你想在把女孩子哄开心之外，让自己的摄影有些内容。我们就要尝试在其他的光线条件下拍摄，给自己制造些“困难”。

你可以先了解高光比人像，离机引闪需要买一个外置的闪光灯，画面不是全亮的会怎样，暗部的细节如何控制，构图中的块面，明暗对比怎样才算精到。如何利用环境光，如何用光改变时段光线的特征。让光去勾勒线条，涂抹色彩，以及光的角度、强弱所表达出的情绪思想。摄影既然是光影的艺术，就肯定不是平光一种。

■ 尝试 1v1

将模特单独约出来拍，群拍当作认识新朋友的途径好了。想出好片就要一对一了，想想看，如果连模特的身姿、位置都不能控制，怎么在照片里表达自己的想法？

这里首先要面对的障碍就是自己的不自信，群拍可以把你隐藏起来，如果对自己不自信，可以不说话，反正黑压压的一群人，没人事后点你的名字要照片。单拍时，最后的效果就只有你一个人承担了，费了半天力气，把片子放在外面，往往事与愿违。

其实，这正是进步的第一步，谁的想法都不是一次就成熟。但正因如此，你才能进步，让自己的想法变成现实，让自己的情感得到表达。你要承担一些东西，但这是必需的，你要去考虑动作、体姿、情境、情绪、色彩、构图。因为没有人替你考虑，没有一堆人能让你隐藏起来。要相信自己，一次做不好，会有下一次机会做到更好。这样的反复历程，就是进步。

■ 去和高手亲近

所谓“取乎法上，可得其中，取乎法中，仅得其下”，和高手在一起的好处，就是那种牵引力，你们之间的差异越大，这种提升力就越强，这种力量将不允许你在原先的层面逗留太久。还有另一句话“真传一句话，假传万卷书”。

与高手亲近的过程中，往往是一句话，一个提示，就能让你有所突破感悟。与一般朋友在一起不同的是，这样的突破感悟往往是层次型的，而不是某个小技巧、小窍门。应该记住一句话“热爱丢脸”，不要胆怯，更不要顾影自怜，高手也是从菜鸟过来的，多和他们亲近。

■ 不要站立拍摄

有人想，不要站立拍摄，难道都要匍匐前进吗？不是，我是说要努力去寻求新的角度。站在某处，两腿笔直，用最标准的姿势托镜头，一般是不会出什么好片的。这句话有些武断，当然并不绝对。但大多数情况，如果你的作品视角和一般人用双眼看到的角度、范围相同，就很难打动人。

你摄影的姿势越舒服，你的作品就越平淡，同样略有武断。但如果深入去思考，是有一定道理的。让有细节的前景和主体完美配合，让光影落在你想要的位置，突出或夸张某个元素的特点，都不允许你的身体是那么笔直站立的，尝试蹲、坐、躺、攀登、依靠、下潜等。

一个摄影师曾经说过，他摄影投入的时候，旁边的人看他的姿势扭曲得很难看，但本人却无所感觉，每次拍完，浑身的骨节都酸痛。

■ 不要去问后期是怎么做的

每个高手的后期都不同，这是一定要切记的。你可以复制他的步骤，复制不了他的思想；你可以重复他的操作，但重复不了他的创意；你可以记住他的参数，但记不住他的变化。任何高手后期都不是独立出来的，与他的前期思路，后期对色彩、情绪、意境的把握密不可分。

如果看到好照片，就直接去问后期如何做的，其实忘记了根本。技巧是可以学到的，但修养与经验是无法学习的。太关注后期，太执着于高手的后期方法，其实是浮躁。

你对 Photoshop 了解多少？能否只用三根曲线来表达自己的情绪？能否在颜色平衡里用 1 ~ 2 个调整值的变动来达到画面色彩微妙的平衡？或者说，能否看出一张高手作品里微妙的色彩平衡关系与控制？

高手与新手的本质区别在于，新手知道这么做漂亮，高手知道这么做为什么漂亮。去读些美学、色彩、绘画相关学科的书，安静下来，也许有一天你会发现，不知不觉中，你的“后期”也成了别人的谜。

■ 多 拍

摄影和任何事情都是一样的，进步都是量变到质变的过程，既然有量变这个过程，那就要用量完成积累。我的意思就是勤奋，不能让自己的镜头闲着。三天打鱼两天晒网，不论你是多么热爱摄影都不可能出好作品，多拍的好处是让你随时发现自己失败在什么地方，并从中学习到东西，让你随时向高手请教的时候不会空着手。让你对镜头对设备越来越熟悉，与神秘的灵感越来越亲近，相机拍爽了，你的片子也就爽了。

■ 少 拍

这与上一条并不矛盾，我的意思是认真思考然后按下快门。“要用拍胶片的心思去拍数码”，数码给了我们所见即所得的自由和不必为成本而斤斤计较的机会。但这也同样在造就着草率和浮躁。

如果说在摄影上感觉到有些进步，对于我来说就是以前用一分钟拍十张片子，现在是用十分钟拍一张片子。去思考，我的这张照片要表达什么？拍出来会有什么是别人所没有的，它的意义是什么？亮点是什么？趣味点在哪里？当你的头脑里有了这些问题，你的拍摄速度就不会太快，拍摄数量也就不会太多，往往一次拍摄回来，打开上百张的照片却没有几张能入眼的，一个位置一个姿态反反复复地拍摄了很多，为什么会如此？

自己的照片没有想法，看到别人拍自己也就拍，看到一个新的地方，看到模特一个新的姿态，就去拍摄，唯恐遗漏什么，但自己想表达什么没有去想。如此反复，除了一大堆雷同的废片，很难得到什么。

■ 安 静

摄影最终是和自己对话，其他的都是附属。别人的夸奖在某些时候并不难获得，但真正能给你好建议的一定不是在某些浮华层面上得到的。急于去展示，去让别人承认自己的心情当然可以理解。但如果想让自己的片子真正得到认可，我们就必须要安静下来，随时让自己清零，去不断回头审视自己。网络的好处是交流，能让你的片子得到及时的评价，当然这些评价大多数的时候是让人愉快的，这后面自然隐藏的是善意。

但另一方面，很容易让人迷失自己，给自己不恰当的定位。摄影既然是一门艺术，那么就和其他任何艺术形式一样，必然有其曲折进步的过程，这其中甘苦与辛劳只能安静下来自己品位。获得好的成果，对于任何人都不会容易，如果你感觉它来得太“快”，那么很明显，这不是一件好事情。

［General Information］
书名：唯美人像摄影与后期处理
作者：吴俊辰编著
页数：248
出版社：中国铁道出版社
出版日期：2011.05
简介：本书直接针对人像的拍摄、后期入手，结合具体拍摄实例及作品。为读者讲解人像摄影的前期准备、现场调度、构图法则，对象沟通、场景、服装、光线应用等关键技术流程及环节。
SS号：12769696
DX号：000008092121
http://book1.duxiu.com/bookDetail.jsp?dxNumber=000008092121&d=3C70DE9EFF1C6714139E169324C7ABF8&fenlei=181704110104 01&sw=%C8%CB%CF%F1%C9%E3%D3%B0

封面
书名
版权
前言
目录
０１　最容易忽略的重点——拍摄的前期准备
０２　沟通与创意——获得精彩摄影作品的关键
０３　构图与调度——让画面叙述摄影师与众不同的想法
０４　用光——展示独特的光影魅力
０５　Ｌｅｔ＇ｓ　Ｇｏ一起去拍片（一）
０６　Ｌｅｔ＇ｓ　Ｇｏ一起去拍片（二）
０７　后期处理——简单的开始，小参数大文章
０８　提升照片效果的三大利器——色阶，锐化，曲线
０９　人像后期的必修功课——磨皮技法
１０　独具特色的人像后期处理风格
１１　创意后期流程——完美提升作品整体效果
１２　从ＲＡＷ开始，启动数码后期全流程
１３　高端进阶——印刷级人像数码作品的后期全攻略
１４　扩展滤镜安装及使用
篇后